

MENÚ DE setembro **CEIP TERRA CHÁ 2022-2023**



Luns	Martes	Mércores	Xoves 8	Venres 9
			Ensaladilla Bacalao o forno con ensalada Froita	Menestra de verdura. Polo asado con patacas fritas Iogur
Luns 12	Martes 13	Mércores 14	Xoves 15	Venres 16
Ensalada mixta. Lomo adobado con arroz. Froita.	Empanada de atún. Pescada á romana con cachelos. Iogur	Crema de verduras. Costela ó forno con tomate. Melocotón en xarope	Fabas guisadas. bacallao con ensalada. Froita	Ensalada de tomate, queixo, olivas e atún. Filete de polo empanado con Patacas fritidas. Iogur.
Luns 19	Martes 20	Mércores 21	Xoves 22	Venres 23
Macarróns á boloñesa. Pescada á galega con Coliflor. Froita	Ensaladilla. Pizza de xamón cocido e queixo .Iogur	Lentellas. Traseiros de polo ó forno con pataca frita. Froita	Ovos recheos Bacallao con chícharos. Iogur.	Paella de peixe. San xacobe con pemento verde. Froita.
Luns 26	Martes 27	Mércores 28	Xoves 29	Venres 30
Sopa de fideos. Albóndegas de porco con arroz e salsa de tomate Iogur.	Ensalada de tomate, cebola, ovo e esparrago e olivas. Merluza á romana con ensalada. Froita.	Caldo de repolo. Lacón asado con pataca frita. Iogur	Lentellas estofadas Bacallao en salsa con cachelos. Froita.	Arroz de polo e verdura. Lasaña de carne. Flan.

NOTA: No caso de imprevistos , os menús poden sufrir algunha variación.

Táboa alérxenos mensuais

Día 8:  
 HUEVOS PESCADO

Día 9:  
 HUEVOS LACTEOS

Día 12: 
 HUEVOS



Día 13:    
 LACTEOS CONTIENE GLUTEN PESCADO HUEVOS

Día 14:


Día 15: 
 PESCADO


Día 16:   
 LACTEOS HUEVOS PESCADO

Día 19:   
 PESCADO CONTIENE GLUTEN HUEVOS

Día 20:    
 LACTEOS CONTIENE GLUTEN PESCADO HUEVOS

Día 21:

Día 22:   
 LACTEOS PESCADO HUEVOS

Día 23:   
 CONTIENE GLUTEN PESCADO LACTEOS

Día 26:  
 CONTIENE GLUTEN LACTEOS

Día 27:  
 HUEVOS PESCADO

Día 28: 
 LACTEOS

Día 29:  
 PESCADO CONTIENE GLUTEN

Día 30:   
 LACTEOS CONTIENE GLUTEN HUEVOS