



LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
8 Crema de tempada Macarróns integrais eco con boloñesa Froita AP, GL, HU	9 Fabada (IGP) Peixe de lonxa con ensalada Lácteo AP, L, PS, GL, HU	10 Xudías con cenoria Pavo con patacas Froita /	11 Lentellas vexetais Paella de peixe e verduras Froita AP, PS	12 Sopa de cocido Cocido Froita GL, HU
15 Brócoli con améndoas Patacas mariñeiras Froita FC, PS, ML	16 Menestra Ternera galega (IGP) con couscous Froita /	17 Callos Peixe de lonxa con ensalada Froita PS	18 Crema de tempada Paella vexetal Lácteo (ECO) AP, L	19 Ensalada mixta Tortilla Froita HU
22 Chícharos con cenoria Patacas á rioxana Froita /	23 Crema de tempada Salmón ao forno con arroz Froita PS, AP	24 Tosta de tomate e queixo Arzúa (DOP) Guiso de ternera (IGP) Froita L, GL	25 Caldo de repolo Peixe de lonxa con ensalada Froita PS, L, GL	26 Menú especial 5º Xudías verdes Filete empanado c/patacas Xeado HU, GL, L
29 Lentellas vexetais Calamares con ensalada Froita AP, ML, GL	30 Verduras salteadas Pasta Thai con ternera Lácteo HU, GL, L	31 Sopa de verduras Sardinillas galegas cno patacas Froita PS, GL, HU, AP		

Todos os menús levan incluído: pan e auga. Ademais están elaborados con AOVE e aceite de oliva suave. Altérnase o consumo de pastas e arroces integrais.

Todas as elaboracións son baixas en sal, azucre e graxas. As verduras e hortalizas son produtos ecolóxicos ou de proximidade (KM0)

(DOP) Denominacións de Orixe Protexidas / (IGP) Indicación Xeográfica Protexida.

Información contido de alérxenos declarables (RD 126/2005 e Regulamento UE nº1169/2011)

GL: gluten // CR: crustáceos // H: ovo // PS: peixe // CC: cacahuetes // SJ: soia // L: leite (lactosa) // FC: froitas de cáscara // AP: apio // MS: mostaza //

SS: sésamo // SL: sulfitos e dióxido // ML: moluscos