

# INFORMACIÓN DE ALÉRGENOS MENÚ OUTUBRO 2021

## INFORMACIÓN DE ALÉRGENOS

ALÉRGENO	 Cereais con gluten	 Crustáceos	 Ovos	 Peixe	 Cacahuetes	 Soia	 Leite
NÚMERO NO MENÚ ALÉRGENO	1	2	3	4	5	6	7
NÚMERO NO MENÚ	 Noces	 Apio	 Mostaza	 Sésamo	 Moluscos	 Sulfitos	 Altramuz
	8	9	10	11	12	13	14

# MENÚ XERAL OUTUBRO

LUNS 4	MARTES 5	MÉRCORES 6	XOVES 7	VENRES 8
Crema de verdura  Lomo asado c/arroz  Pan froita 1	Sopa  Bacallau c/ cachelos e allada  Pan iogur 1-4-7	Ensalada mixta  Espaguete á boloñesa  Pan e froita 1	Xudias c/chourizo  Polo con arroz  Pan e iogur 1-7	Lentellas vexetais  Variñas de pescado c/leituga  Pan e froita 1-4-2
LUNS 11	MARTES 12	MÉRCORES 13	XOVES 14	VENRES 15
NON LECTIVO	NON LECTIVO	Ensaladilla rusa  Pescada á romana c/arroz  Pan e melocotón ao almibre 1-4-13	Crema de verduras  Tenreira guisada c/ macarróns  Pan e copa de chocolate 1-7	NON LECTIVO
LUNS-18	MARTES-19	MÉRCORES-20	XOVES-21	VENRES-22
Chícharos c/xamón  Albóndegas c/macarróns  pan e froita 1-13	Empanada de polo  Paella de pescado e marisco  Pan iogur 1-4-7-12	Sopa  Tortilla de pataca  Pan froita 1-3	Crema de verdura  Jamoncitos de polo c/arroz  Pan e iogur 1-7	Ensalada de garavanzos  Salmón c/cachelo  Pan e froita 1-4
LUNS-25	MARTES 26	MÉRCORES 27	XOVES 28	VENRES 29
Sopa  Tenreira asada con menestra de verdura  Pan e froita 1	Fabada  Pescada c/cachelos  Pan e iogur 1-4-7	Coliflor gratinada  Peituga de pavo c/ arroz  Pan e froita 1	Crema de verdura  Pizza  pan e iogur 1-7	Ensalada mixta  Churrasco c/patacas  fritas  Pan froita 1

**Información de Alérxenos:** Poden ver a correspondencia dos números na táboa de Información de Alérxenos que figura na primeira páxina deste documento.

**Nota:** Este menú, adaptado ó menú da Xunta, poderá sufrir modificacións debido a avarías, á nondistribución dalgunha materia prima e á climatoloxía.

## MENÚ HIPOCALORICO OUTUBRO

<b>LUNS 4</b>	<b>MARTES 5</b>	<b>MÉRCORES 6</b>	<b>XOVES 7</b>	<b>VENRES 8</b>
Crema de verdura  Lomo asado c/arroz  Pan froita 1	Sopa  Bacallau c/ cachelos e allada  Pan iogur 1-4-7	Ensalada mixta  Espaguete c7carne picada  Pan e froita 1	Xudias c/chourizo  Polo ao forno con arroz  Pan e iogur 1-7	Lentellas vexetais  Pescada á plancha c/leituga  Pan e froita 1-4-2
<b>LUNS 11</b>	<b>MARTES 12</b>	<b>MÉRCORES 13</b>	<b>XOVES 14</b>	<b>VENRES 15</b>
NON LECTIVO	NON LECTIVO	Ensaladilla rusa  Pescada á plancha c/arroz  Pan e melocotón ao almibre 1-4-13	Crema de verduras  Filete de tenreira c/ macarróns Pan e copa de chocolate 1-7	NON LECTIVO
<b>LUNS-18</b>	<b>MARTES-19</b>	<b>MÉRCORES-20</b>	<b>XOVES-21</b>	<b>VENRES-22</b>
Chícharos c/jamon york  Albóndegas c/macarróns  pan e froita 1-13	Empanada de polo  Paella de pescado e marisco  Pan iogur 1-4-7-12	Sopa  Tortilla de pataca cocida  Pan froita 1-3	Crema de verdura  Jamoncitos de polo c/arroz  Pan e iogur 1-7	Ensalada de garavanzos  Salmón c/cachelo  Pan e froita 1-4
<b>LUNS-25</b>	<b>MARTES 26</b>	<b>MÉRCORES 27</b>	<b>XOVES 28</b>	<b>VENRES 29</b>
Sopa  Tenreira asada con menestra de verdura  Pan e froita 1	Fabada  Pescada c/cachelos  Pan e iogur 1-4-7	Coliflor gratinada  Peituga de pavo c/ arroz  Pan e froita 1	Crema de verdura  Pizza sin quexo  pan e iogur 1-7	Ensalada mixta  Churrasco  fritas  Pan froita

**Información de Alérxenos:** Poden ver a correspondencia dos números na táboa de Información de Alérxenos que figura na primeira páxina deste documento.

**Nota:** Este menú, adaptado ó menú da Xunta, poderá sufrir modificacións debido a avarías, á nondistribución dalgunha materia prima e á climatoloxía.

**MENÚ CELÍACO** : SE UTILIZA OS PRODUCTOS SEN GLUTE SIGUIENDO O MENÚ XERAL.

**MENÚ SEN SAL**: O MESMO QUE MENÚ XERAL PERO SEN SAL, O PAN E SEN SAL

**MENÚ ALERXIA AOS MARISCOS**: SE EVITA OS PRODUCTOS QUE PODEN CONTENER CRUSTACEOS(2) E MOLUSCOS(12)

**MENÚ ALERXIA AOS LÁCTEOS**: OS IOGURES SUSTITUENSE POLA FROITA O IOGURES DE SOJA

**MENÚ ALERXIA AO PROTEINA DA LEITE**: EVITANSE OS PRODÚCTOS LÁCTEOS

**ALERXIA AO E-420** : SÓ SE UTILIZA OS PRODUCTOS FRESCOS