

INFORMACIÓN DE ALÉRGENOS MENÚ SEPTIEMBRE 2021

INFORMACIÓN DE ALÉRGENOS

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

MENÚ XERAL SEPTEMBRO

<p>Información de Alérxenos: Poden ver a correspondencia dos números na táboa de Información de Alérxenos que figura na primeira páxina deste documento.</p> <p>Nota: Este menú, adaptado ó menú da Xunta, poderá sufrir modificacións debido a avarías, á non distribución dalgunha materia prima e á climatoloxía.</p>			<p>XOVES 9</p> <p>Crema de calabacín</p> <p>Espaguette á boloñesa</p> <p>Pan e iogur</p> <p>1-4-7</p>	<p>VENRES 10</p> <p>Ensalada de tomate c/atún</p> <p>Polo ao forno c/arroz</p> <p>Pan e froita</p> <p>1</p>
<p>LUNS 13</p> <p>Xudias c/chourizo</p> <p>Lomo asado c/ macarróns</p> <p>Pan Froita</p> <p>1</p>	<p>MARTES 14</p> <p>Ensaladilla rusa</p> <p>Pescada á romana c/ cachelos</p> <p>Pan.. iogur</p> <p>1-4-7-13</p>	<p>MÉRCORES 15</p> <p>Crema de cenoira</p> <p>Lasaña</p> <p>Pan e froita</p> <p>1-7</p>	<p>XOVES 16</p> <p>Ensalada mixta</p> <p>Churrasco c/ patacas fritas</p> <p>Pan e xeado</p> <p>1-4-7-13</p>	<p>VENRES 17</p> <p>Ensalada de garavanzos</p> <p>Salmón c/arroz</p> <p>Pan Froita</p> <p>1-4</p>
<p>LUNS-20</p> <p>Chicharos c/xamón</p> <p>Albondigas c/arroz</p> <p>Pan e froita</p> <p>1-6-13</p>	<p>MARTES-21</p> <p>Empanada de york y queixo</p> <p>Fideuá de rape</p> <p>Pan iogur</p> <p>1-4-7</p>	<p>MÉRCORES-22</p> <p>Ensalada mixta c/atún</p> <p>Tortilla de pataca</p> <p>Pan froita</p> <p>1-3-4-7</p>	<p>XOVES-23</p> <p>Crema de verdura</p> <p>As de polo c/ arroz</p> <p>Pan e xeado</p> <p>1-7</p>	<p>VENRES-24</p> <p>Sopa</p> <p>Polbo c/cachelos</p> <p>Pan e froita</p> <p>1-4</p>
<p>LUNS-27</p> <p>Ensalada de pasta</p> <p>Tenreira asada c/menestra de verdura</p> <p>Pan e froita</p> <p>1</p>	<p>MARTES 28</p> <p>Crema de calabaza</p> <p>Macarróns c/atún</p> <p>Pan e iogur</p> <p>1</p>	<p>MÉRCORES 29</p> <p>Calamares</p> <p>Jamonicos de polo c/arroz e verdura</p> <p>Pan e froita</p> <p>1-12</p>	<p>XOVES 30</p> <p>Ensalada mixta</p> <p>Pizza</p> <p>Pan e natillas</p> <p>1-7</p>	<p>VENRES -1</p> <p>Croquetas de xamón</p> <p>Salmón c/cachelos</p> <p>Pan froita</p> <p>1-4</p>

MENÚ HIPOCALORICO SEPTEMBRO

			XOVES 9	VENRES 10
Os xeados e iogures son desnatados.			Crema de calabacín	Ensalada de tomate c/atún
			Espaguette á boloñesa	Polo ao forno c/arroz
			Pan e iogur 1-4-7	Pan e froita 1
LUNS 13	MARTES 14	MÉRCORES 15	XOVES 16	VENRES 17
Xudias c/chourizo	Ensaladilla rusa s/maionesa	Crema de cenoura	Ensalada mixta	Ensalada de garavanzos
Lomo asado c/ macarróns	Pescada c/ cachelos	Filete de terneira c/macarróns	Churrasco	Salmón c/arroz
Pan Froita	Pan.. iogur	Pan e froita	Pan e xeado	Pan Froita
1	1-4-7-13	1-7	1-4-7-13	1-4
LUNS-20	MARTES-21	MÉRCORES-22	XOVES-23	VENRES-24
Chicharos c/xamón	Verduras salteadas	Ensalada mixta c/atún	Crema de verdura	Sopa
Albondigas ao vapor c/arroz	Fideuá de rape	Tortilla de pataca cocida	As de polo c/ arroz	Polbo c/cachelos
Pan e froita	Pan iogur	Pan froita	Pan e xeado	Pan e froita
1-6-13	1-4-7	1-3-4-7	1-7	1-4
LUNS-27	MARTES 28	MÉRCORES 29	XOVES 30	VENRES -1
Ensalada de pasta	Crema de calabaza	Ensalada de tomate	Ensalada mixta	Verduras salteadas
Terneira asada c/minestra de verdura	Macarróns c/atún	Jamoncitos de polo c/arroz e verdura	Pizza	Salmón c/cachelos
Pan e froita	Pan e iogur	Pan e froita	Pan e natillas	Pan froita
1	1	1-12	1-7	1-4

DIETA DIABETICA.

A dieta basease no menú xeral , acompañando os pratos principais con arroz, pasta o pataca. De sobremesa toman froita.

DIETA CELIACA.

A dieta basease no menú xeral pero utilizando os produtos sen glute.

DIETA SEN SAL.

A dieta basease no menú xeral pero eliminando a sal o cociñar.

A DIETA SEN LACTEOS.

A dieta basease no menú xeral pero utilizando os produtos que non teñan lácteos nin seus derivados.