



**DECEMBRO 2023**

				<b>VENRES 1</b> Lentellas estufadas con verduras Fideuá de ameixas Froita de tempada, pan e auga  <b>(Leg., Glut., Crust.)</b>
<b>LUNS 4</b> Feixóns verdes con ovo cocido Espagete con atún Froita de tempada, pan e auga  <b>(Leg., P. Ovo, Glut., P. Peixe)</b>	<b>MARTES 5</b> Croquetas de boletus con ensalada de tomate Pizza caseira de xamón e mozzarella Froita de tempada, pan e auga <b>(Glut., Lact., Sulf.)</b>	<b>MÉRCORES 6</b>  <b>NON LECTIVO</b>	<b>XOVES 7</b>  <b>NON LECTIVO</b>	<b>VENRES 8</b>  <b>NON LECTIVO</b>
<b>LUNS 11</b> Ensalada mixta Filete de lombo con arroz en branco Froita de tempada, pan e auga  <b>(Sulf.)</b>	<b>MARTES 12</b> Sopa de fideos e verduras (allo porro e cenoria) Tortilla de pataca con tomate e xamón serrano Iogur de macedonia, pan e auga <b>(Glut., P. Ovo, Lact.)</b>	<b>MÉRCORES 13</b> Crema de verduras (cabaciña, cebola, cenoria, allo porro) Arroz con polo e verduras Froita de tempada, pan e auga  <b>Sen alérxenos</b>	<b>XOVES 14</b> Potaxe de garavanzos e verduras (allo porro, cenoria, espinacas) * Peixe con ensalada de tomate Froita de tempada, pan e auga <b>(Leg., P. Peixe, Sulf.)</b>	<b>VENRES 15</b> Brécol con ovo *Peixe ao forno con pataca panadera Froita de tempada, pan e auga  <b>(P. Ovo, Glut., P. Peixe)</b>
<b>LUNS 18</b> Xoubiñas en lata con olivas e tomate Guiso de carne con patacas, verduras e legumes Froita de tempada, pan e auga <b>(P. Peixe, Sulf., Leg.)</b>	<b>MARTES 19</b> Garavanzos vexetais Macarróns con boloñesa de polo Froita de tempada, pan e auga  <b>(Leg., Glut.)</b>	<b>MÉRCORES 20</b> Arroz con ovo e salsa de tomate *Peixe rebozado con ensalada de leituga Froita de tempada, pan e auga  <b>(P. Ovo, Sulf., P. Peixe)</b>	<b>XOVES 21</b> <b>ESPECIAL NADAL</b> Hamburguesa en pan de hamburguesa con leituga, tomate, cebola, queixo e patacas fritidas Turrón de chocolate e <b>(Lact., F. Sec.)</b>	

OU MESMO SUBSTITUIDOS POR OUTROS, SEGUNDO AS NECESIDADES DE INTENDENCIA E OUTROS IMPREVISTOS

\*Peixe fresco segundo lonxa: lirio, pescada, bacallao, mero, peixe sapo...

Nota: Todos os menús van acompañados dunha ración de pan polo que todos teñen o glute como alérxeno  
Os menús de dietas específicas serán entregados ao alumnado por correo electrónico

**LEENDA DE ALÉRXENOS**

Ap.- Apio  
Leg.- Legumes  
Glut.- Glute  
P. peixe- Proteína do peixe  
S.- Soia

Sulf.- Sulfitos  
Lact.- Lactosa  
P. ovo.- Proteína dos ovos  
Mol.- Moluscos  
F. Sec.- Froitos secos ou relas

Crust.- Crustáceos  
Mostaza.- Most.  
Sésamo.- Sés.  
Altramuz.- Altr.

A Directora  
Asdo: María del Carmen Rendo López

Selo do Centro



A encargada do comedor  
Asdo: Lucía Sevio Barrio

*Lucía Sevio Barrio*