



MENÚ do MES de OUTUBRO - CURSO 2023/2024

DÍA	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
Luns 2	Sopa de fideos (1)	Zorza con patacas (1)	Froita de tempada
Martes 3	Ensalada mixta (2,4)	Macarróns con carne (1)	Natiñas (3)
Mércores 4	Potaxe (1,5)	Calamares con ensalada (4)	Froita de tempada
Xoves 5	Brócoli	Paella (4)	logur natural (3)
Venres 6	Crema de cabaciña (3)	Polo con arroz (3)	Froita de tempada
Luns 9	Ensalada variada (1)	Guiso de tenreira	Froita de tempada
Martes 10	Xudías con allada	Espaguetes (1)	Flan (3)
Mércores 11	Ensaladilla rusa (2,4)	Peixe ó forno (4)	Froita de tempada
Xoves 12	FESTIVO NACIONAL		
Venres 13	FESTIVO DO CENTRO		
Luns 16	Espaguetes con tomate (1)	Milanesa de polo con champiñóns (1)	Froita de tempada
Martes 17	Lentellas (1,5)	Peixe á romana con ensalada (4)	logur de fresa (3)
Mércores 18	Crema de verdura (3)	Tortilla con tomate (2)	Froita de tempada
Xoves 19	Sopa (1)	Albóndegas con arroz (1)	logur natural (3)
Venres 20	Empanada (1,4)	Churrasco	Froita de tempada
Luns 23	Ensalada mixta (2,4)	Raxo con patacas	Froita de tempada
Martes 24	Sopa de estrelas (1)	Fideuá (1,4,5)	Froita de tempada
Mércores 25	Lentellas (1,5)	Peixe con ensalada (4)	Flan (3)
Xoves 26	Crema de cenoria (3)	Carne asada	Froita de tempada
Venres 27	Ensaladilla rusa (2,4)	Pizza (1,3)	Xeado (3)
Luns 30	Caldo galego (1,5)	Espaguetes boloñesa (1)	Froita de tempada
Martes 31	Fabada (1,5)	Peixe (4)	logur natural (3)

Información sobre substancias ou produtos que causan alerxias ou intolerancias. Os números que acompañan cada prato do menú, indican que dito prato contén o seguinte alérxeno (máis información sobre alérxenos na nosa páxina web):

- | | | | |
|----------------------|------------------|-------------|----------------|
| 1- Cereais con glute | 5- Moluscos | 9- Soia | 13- Altramuces |
| 2- Ovos | 6- Crustáceos | 10- Apio | 14- Sulfitos |
| 3- Lácteos | 7- Cacahuetes | 11- Mostaza | 15- Legumes |
| 4- Pescado | 8- Froitos secos | 12- Sésamo | P- Posible |

Os menús poderán ser modificados por causas imprevistas.

Alumnado que paga o comedor: As faltas ao comedor deberán ser notificadas antes das 10 da mañá do mesmo día para que non se lles compute no recibo. Farase preferentemente por email ou por WhatsApp no número: 679 51 41 42.