

MENÚ XUNTA

SETEMBRO

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
11/09/2023	12/09/2023	13/09/2023	14/09/2023	15/09/2023
BRECOL A CASEIRA CON OVO	ENSALADA TROPICAL	ENSALADA DE PASTA	FABAS GUIADAS	CREMA DE CABAZA E CABACIÑA
TAQUIÑO DE POLO GUIADO CON PATACAS	GARAVANZOS GUIADOS CON FIDEOS E BACALLAO	LOMBO ASADO EN SALSA DE PIQUILLOS	XURELO EN SALSA DE LIMÓN	ARROZ INTEGRAL CON VERDURAS E PAVO
IOGUR NATURAL	NECTARINA	XARDIÑEIRA	PATACAS O ROMERO CON ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIA	PERA
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>		PLATANO	MAZA	
Vaso de leite, cereais de avena e froita	Iogur natural, pan tostado con tomate e aceite de oliva. Froita	Vaso de leite, bolachas tipo maria. Zume de laranxa natural	Vaso de leite, pan con xamón serrano. Froita	Vaso de leite, pan con aceite de oliva e queixo fresco. Froita
Cous cous con pescada e bastonciños de cabaciña FROITA	Tenreira asada con cenorias e arroz branco LÁCTEO	Lasaña de peixe e espinacas LÁCTEO	Arroz con trociños de tortilla francesa e ensalada de tomate LÁCTEO	Verduras guisada con atún LÁCTEO
18/09/2023	19/09/2023	20/09/2023	21/09/2023	22/09/2023
ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE, MILLO E CENORIA CON OVO COCIDO	CREMA DE CENORIA	ENSALDA DE FABAS	ENSALADA PRIMAVERA	LENTELLAS GUIADAS CON ARROZ
POLO O CHILDRON	GUIISO DE LURAS CON FIDEOS	TORTILLA DE ESPINACAS	MACARRONS INTEGRAIS CON BOLOÑESA VEXETAL	XARDA EN SALSA VERDE
PATACAS ESTUFADAS	MAZA	LEITUGA E TOMATE	IOGUR NATURAL	CHÍCHAROS
PERA		MELOCOTON		LARANXA
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>				
Vaso de leite, pan integral con aceite de oliva e peituga de pavo. Zume de laranxa natural	Vaso de leite, cereais con mel. Froita	Vaso de leite, pan con multicereais con tomate e aceite de oliva. Froita	Vaso de leite, biscoito caseiro. Froita	Iogur natural, bolachas de avena con plátano. Zume de laranxa natural
Codiños salteados con salmón e brocoli LÁCTEO	Xudias con polo e patacas cocidas LÁCTEO	Arroz salteado con taquiños de bacallo e berenxena LÁCTEO	Ensalada de polo FROITA	Minestra de verduras con taquiños de tenreira e patacas LÁCTEO
25/09/2023	26/09/2023	27/09/2023	28/09/2023	29/09/2023
GARAVANZOS CON VERDURAS E CODIÑOS	ENSALADA DE LIETUGA, ESPINACAS, TOMATE, MILLO, CENORIAS E OLIVAS	CREMA DE CABACIÑA	MACARRONS A NAPOLITANA	ENSALADA MIXTA CON OVO
XURELO O FORNO	TENREIRA GUIADA CON PATACAS GUIADAS	LENTELLAS GUIADAS	PESACADA A GALEGA	XAMONCIÑOS DE POLO O FORNO
LEITUGA, TOMATE E CENORIA	IOGUR NATURAL	LARANXA	VERDURAS CON PATACAS RISOLADAS	ARROZ INTEGRAL
PERA			NECTARINA	MAZA
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>				
Vaso de leite, cereais de arroz inflado. Zume de laranxa natural	Vaso de leite, pan con xamón cocido. Froita	Vaso de leite, bolachas tipo maria con marmelada e manteiga. Froita	Vaso de leite, pan multicereais con queixo. Froita	Vaso de leite con cereais. Froita
Tortilla de berenxena con patacas o vapor LÁCTEO	Cabaciña rechea de atún con arroz basmati FROITA	Cous cous de salmón e porro LÁCTEO	Brocoli con lombo e patacas cocidas LÁCTEO	Lasaña de atún e espinacas LÁCTEO