



Guía de axuda para programar os menús escolares

MES DE XANEIRO DE 2023 – XUNTA

DÍA 9 Sopa marabilla (glute, apio) Tortilla de pataca con champiñóns (ovo) Iogur (lácteo)	DÍA 10 Minestra de verduras Macarróns con atún (glute, peixe) Froita	DÍA 11 Crema de cabaza e cabaciña (apio) Guiso de luras con patacas (peixe) Froita	DÍA 12 Chícharos con xamón Lombo de porco con arroz Froita	DÍA 13 Ensalada mixta con millo, cenoria, tomate e cebola Potaxe de garavanzos e carne Froita
Hamburguesa de salmón con espinacas + froita	Filete de lombo con parrillada de verduras + froita	Taco de xamón cocido e queixo + froita	Puré de verduras con picatoste e polo + iogur	Crema de cabaciña con queixo + froita
DÍA 16 Crema de cabaza (apio) Espaguete boloñesa (glute) Froita	DÍA 17 Crema de cabaciña e cenoria (apio) Polo o forno con arroz Froita	DÍA 18 Sopa de fideos (glute) Coliflor con chourizo, ovo e pataca (ovo) Froita	DÍA 19 Crema de coliflor e xudías (apio) Filete de pescada a vizcaína con patacas (peixe) Iogur (lácteo)	DÍA 20 Arroz tres delicias Lentellas con verduras e carne Froita
Milfollas de berenxena con xamón e queixo + froita	Xudías a galega con ovo cocido + lácteo	Repolo con filete de pescada a romana + froita	Pincho de porco e polo con ensalada + froita	Salmón a prancha con espárragos + froita
DÍA 23 Sopa de lágrimas e tropezóns de polo (glute, apio) Xudías con pataca, ovo e xamón (ovo) Froita	DÍA 24 Macarróns con tomate (glute) Potaxe de fabas con carne Iogur (lácteo)	DÍA 25 Crema de cabaciña, cabaza e cenoria (apio) Filete de pescada en salsa de cazola con patacas (peixe) Froita	DÍA 26 Crema de verduras (apio) Polo o forno con patacas Froita	DÍA 27 Sopa de estreliñas (glute, apio) Albóndegas con salsa de tomate e arroz branco (soia, apio, sulfitos sódicos) Froita
DÍA 30 Crema de cenoria (apio) Polo con arroz Iogur (lácteo)	DÍA 31 Caldo de repolo Espaguete con bacallau (glute, peixe) Froita			
Pisto de verduras con ovo a prancha + froita	Lubina a espalda con ensalada + froita	Salteado de verduras con xamón cocido + froita	Peituga de polo con tomate + lácteo	

RESTAURANTE SALA GRADIN CATERING
TELÉFONOS: 610432514