



Servizo municipal
de madrugadores e
comedores escolares

MENU BASAL NOVEMBRO

LUNS

04/11/2024

NON LECTIVO

MARTES

05/11/2024

MINESTRA REFOGADA
FILETE DE PESCADA GRATINADO
PATACAS COCIDAS
FROITA

MÉRCORES

06/11/2024

GARAVANZOS CON ACELGAS
COELLO GUISADO
VERDURAS SALTEADAS
IOGUR

XOVES

07/11/2024

CREMA DE CABAZA
GUISOD E CARNE (porco) CON
CHÍCHAROS
FROITA

VENRES

08/11/2024

ESPIRAIS GRATINADOS
XARDA EN SALSA DE LIMÓN
BROCOLI REFOGADO
IOGUR

11/11/2024

CREMA DE VERDURAS
RAGOUT DE TENREIRA CON
PATACAS GUISADAS

IOGUR

12/11/2024

SOPA FLORENTINA CON FIDEOS
XURELO GUISADO
XUDIAS, CHÍCHAROS, CENORIA,
COLIFLOR E PATACA

FROITA

13/11/2024

CHICHAROS CON XAMÓN
TORTILLA DE PATACA
ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

FROITA

14/11/2024

TALLARINS CON CHAMPIÑONS
ABADEXO A MARIÑEIRA

COLIFLOR

IOGUR

15/11/2024

FABAS PINTAS CON VERDURAS
GOULASH DE PAVO CON XUDIAS
GUISADAS

FROITA

18/11/2024

PATACAS EN SALSA VERDE CON
CHÍCHAROS
ABADEXO EN SALSA CEDEIRESA
BROCOLI CON CENORIA

FROITA

19/11/2024

CREMA CAMPEIRA
BOLOÑESA VEXETAL CON
MACARRONS

IOGUR

20/11/2024

LENTELLAS ESTUFADAS
XARDA CON ALLADA
LEITUGA, MILLO E CENORIA

FROITA

21/11/2024

CALDO VEXETAL
COELLO A CAZADORA
ARROZ PILAW

FROITA

22/11/2024

PISTO DE VERDURAS CON OVO
ESTUFADO DE CARNE DE PORCO
CON PATACAS GUISADAS

IOGUR

25/11/2024

ARROZ (Ecolóxico) TRES DELICIAS
XAMONCIÑOS DE POLO O FORNO
LEITUGA, CEBOLA E OLVIAS
VERDES

IOGUR

26/11/2024

FABAS PINTAS CON CHOURIZO
FILETE DE PESCADA EN SALSA DE
TOMATE E ALBAHACA
MINESTRA REFOGADA

FROITA

27/11/2024

COLIFLOR A GALEGA
TENREIRA GUISADA CON FIDEOS

IOGUR

28/11/2024

GARAVANZOS CON ACELGAS,
ESPINACAS E CABAZA
TORTILLA DE CABACIÑA
LEITUGA E TOMATE

FROITA

29/11/2024

CREMA DE CENORIA
BACALLAO ESTUFADO CON
PATACAS

FROITA

