



CURSO 2024 – 2025
MES DE NOVEMBRO DE 2024

Luns 04-	Caldo galego de repolo ¹² Lombo adobado con patacas ¹² Froita	Luns 18	Sopa de estrelas ^{1,12} Hamburguesa con patacas fritidas ¹² Froita
Martes 05-	Sopa de fideos ^{1,12} Tortilla de patacas con leituga e tomate ³ Froita	Martes 19-	Lentellas con verduras ¹² Ovos fritos con arroz e tomate ³ Froita
Mércores 06-	Lentellas con verduras ¹² Luras á romana con ensalada ^{1,3,4} Flan de vainilla ⁷	Mércores 20-	Potaxe de garavanzos con espinacas ¹² Empanada de atún ^{1,4} Arroz con leite ⁷
Xoves 07-	Puré de verduras ¹² Arroz con pito, cenorias e chícharos Froita	Xoves 21-	Xudías salteadas ¹² Milanesa de porco con ensalada ^{1,7} Froita
Venres 08-	Crema de cabaza ¹² Costela con patacas fritidas Castañas asadas ⁸	Venres 22-	Potaxe de fabas con verduras ¹² Peixe con fideos ^{1,4} Iogur ⁷
Luns 11-	Sopa de letras ^{1,12} Ovos cocidos, caballa, patacas e xudías ^{3,4} Froita	Luns 25-	Caldo galego de verzas ^{1,12} Pito guisado con patacas e cenorias Froita
Martes 12-	Potaxe de fabas con verduras ¹² Peixe en salsa con patacas ⁴ Iogur ⁷	Martes 26	Crema de cabaza ¹² Macarróns con atún ^{1,4} Xelatina
Mércores 13-	Minestra de verduras ¹² Pizza napolitana con olivas e xamón york ^{1,7,12} Xelatina	Mércores 27-	Sopa de fideos ¹² Ovos cocidos, sardiñas, patacas e brócoli ^{3,4} Froita
Xoves 14-	Crema de espinacas ¹² Spaghetti boloñesa con queixo raiado ⁷ Froita	Xoves 28-	Minestra de verduras ¹² Albóndegas en salsa con arroz ¹² Froita
Venres 15-	Chícharos salteados ¹² Peitugas de pavo á prancha con arroz e tomate Froita	Venres 29-	Lentellas con verduras ¹² Peixe con leituga e tomate ^{1,3,4} Iogur ⁷

- As referencias numéricas correspóndese cos alérxenos que poden estar presentes en cada un dos platos do menú. Pódese atopar a relación de alérxenos na páxina seguinte.

- Este menú pode sufrir modificacións en función de imprevistos: dispoñibilidade dos provedores, organizacion de cociña....

Vº e Prace
 A Directora

Asdo.- Carla Cerqueira Oliveira



A encarga do comedor

Asdo.- Amalia Rodríguez González

1**Cereales que contengan gluten**

Trigo, centeno, cebada, avena, espelta, kamut o sus variedades híbridas y productos derivados. En este punto quedan excluidos los jarabes de glucosa a base de trigo, incluida la dextrosa; las maltodextrinas a base de trigo; los jarabes de glucosa a base de cebada; y los cereales que se utilizan para hacer destilados alcohólicos, incluido el alcohol etílico de origen agrícola.

2**Crustáceos y productos a base de crustáceos**

Todos los productos que puedan contener mariscos incluso en trazas.

3**Huevos y productos a base de huevo**

Productos que pueden contener huevo, incluso en trazas.

4**Pescado y productos a base de pescado**

Salvo gelatina de pescado utilizada como soporte de vitaminas o preparados de carotenoides y gelatina de pescado o ictiocola utilizada como clarificante en la cerveza y el vino.

5**Cacahuets y productos a base de cacahuets**

Todos los productos que contengan maní o también pueden contener trazas de cacahuets...

6**Soja y productos a base de soja**

Aunque no habrá que informar si contienen aceite y grasa de semilla de soja totalmente refinados; tocoferoles naturales mezclados (E306), d-alfa tocoferol natural, acetato de d-alfa tocoferol natural y succinato de d-alfa tocoferol natural derivados de la soja; fitosteroles y ésteres de fitosterol derivados de aceites vegetales de soja; o ésteres de fitostanol derivados de fitosteroles de aceite de semilla de soja.

7**Leche y sus derivados**

Este punto incluye la lactosa, pero no el lactosuero utilizado para hacer destilados alcohólicos ni el lactitol.

8**Frutos de cáscara**

Almendras, avellanas, nueces, anacardos, pacanas, nueces de Brasil, alféncigos, nueces macadamia o nueces de Australia y productos derivados.

9**Apio y productos derivados****10****Mostaza y productos derivados**

Todos los productos que puedan contener trazas de mostaza.

11**Granos de sésamo y productos a base de granos de sésamo**

Todos los productos que puedan contener trazas de sésamo.

12**Dióxido de azufre y sulfitos**

En concentraciones superiores a 10 mg/kg o 10 mg/litro en términos de SO₂ total, para los productos listos para el consumo o reconstituidos conforme a las instrucciones del fabricante.

13**Altramuces y productos a base de altramuces**

Todos los productos que puedan contener trazas de altramuces.

14**Moluscos y productos a base de moluscos**

Todos los productos que puedan contener trazas de mariscos