

**MENÚ ESCOLAR: OUTUBRO 2024**

DÍA	MENÚ	ACLARACIÓNS
		 
<b>MARTES</b> 1	Ensalada de garavanzos	Garavanzos, leituga, tomate, remolacha, cebola, <b>ovo</b>
	Albóndegas con arroz	Carne picada, <b>ovo</b> , arroz
	Froita	Froita de tempada
<b>MÉRCORES</b> 2	Caldo galego	Pezuño, osos salgados, unto, chourizo, repolo, patacas
	Peixe do día	Peixe
	Froita	Froita de tempada
<b>XOVES</b> 3	Sopa de pasta	Caldo, polo, pasta
	Churrasco con patacas e ensalada	Carne de porco, chourizo, patacas, tomate, leituga, cebola
	Iogur	Iogur
<b>VENRES</b> 4	Potaxe de fabas	Fabas, chourizo, pezuño, cebola
	Peixe do día	Peixe
	Froita	Froita de tempada
<b>LUNS</b> 7	Lentellas estufadas	Pezuño, osos salgados, chourizo, lentellas, repolo, patacas
	Tortilla francesa con arroz	<b>Ovo</b> , arroz
	Froita	Froita de tempada
<b>MARTES</b> 8	Caldo galego	Pezuño, osos salgados, unto, chourizo, repolo, patacas
	Lasaña de carne	Pasta, carne
	Froita	Froita de tempada
<b>MÉRCORES</b> 9	Crema de verduras	Patacas, porro, cabaciña, verduras
	Luras fritidas con arroz	Luras, arroz
	Froita	Froita de tempada
<b>XOVES</b> 10	Ensalada mixta	Leituga, tomate, millo, remolacha, cebola
	Macarróns con carne	Pasta, carne
	Froita	Froita de tempada
<b>VENRES</b> 11	Sopa de pasta	Caldo, polo, pasta
	Peixe do día	Peixe
	Froita	Froita de tempada
<b>LUNS</b> 14	Caldo galego	Pezuño, osos salgados, chourizo, repolo, patacas
	Tortilla española	<b>Ovo</b> , patacas, cebola, leituga, tomate
	Froita	Froita de tempada
<b>MARTES</b> 15	Arroz con verduras	Arroz, pemento, alcachofa, chourizo
	Peixe do día	Peixe
	Iogur	Iogur
<b>MÉRCORES</b> 16	Mexillóns ao vapor	mexillóns
	Filete de tenreira con ensalada	Carne de tenreira, tomate, leituga, cebola
	Froita	Froita de tempada
<b>XOVES</b> 17	Crema de cenorias	Patacas, porro, cenoria, verduras
	Polo asado con patacas	Polo, patacas
	Froita	Froita de tempada
<b>VENRES</b> 18	Minestra de verduras	Xudías, tomate, chourizo, pataca, cebola
	Fideuá	Pasta, carne, peixe
	Froita	Froita de tempada
<b>LUNS</b> 21	Lentellas estufadas	Pezuño, osos salgados, chourizo, lentellas, repolo, patacas
	Tortilla de espinacas	<b>Ovo</b> , espinacas
	Froita	Froita de tempada

<b>MARTES</b> 22	Sopa de pasta	Caldo, polo, pasta
	Hamburguesa con patacas	Carne picada, <b>ovo</b> , patacas
	Froita	Froita de tempada
<b>MÉRCORES</b> 23	Ensalada de garavanzos	Garavanzos, leituga, tomate, remolacha, cebola, <b>ovo</b>
	Peixe do día	Peixe
	Froita	Froita de tempada
<b>XOVES</b> 24	Caldo galego	Pezuño, osos salgados, unto, chourizo, repolo, patacas
	Paella	Pasta, carne, peixe
	Froita	Froita de tempada
<b>VENRES</b> 25	Macarróns con tomate	Pasta, tomate
	Xamón asado con puré de patacas	Xamón, patacas
	Froita	Froita de tempada
<b>LUNS</b> 28	Lentellas estufadas	Pezuño, osos salgados, chourizo, garavanzos repolo, patacas
	Tortilla francesa con arroz	<b>Ovo</b> , arroz
	Froita	Froita de tempada
<b>MARTES</b> 29	Ensalada de garavanzos	Garavanzos, leituga, tomate, remolacha, cebola, <b>ovo</b>
	Macarróns á boloñesa	Pasta, carne picada
	Froita	Froita de tempada
<b>MÉRCORES</b> 30	Crema de verduras	Patacas, porro, cabaciñas, verduras
	Luras fritidas con arroz	Luras, arroz
	Froita	Froita de tempada