

MENÚ ESCOLAR

NOVEMBRO 2021

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
1 NON LECTIVO	2 Crema de verduras Macarróns con atún logur	3 Lentellas Guiso de luras Froita de tempada	4 Chícharos con xamón Albóndegas con arroz branco e tomate logur	5 Caldo galego Tortilla con ensalada de tomate Froita de tempada
8 Sopa de letras Filete de raxo á prancha con ensalada de leituga Froita de tempada	9 Ensalada mixta Paella de polo con verduras Natillas	10 Fabada Bacallau ao forno con patacas Froita de tempada	11 Minestra de verduras Macarróns á carbonara iogur	12 Cocido: pataca, verdura, garavanzos, chourizo e costela. Queixo con marmelo
15 Chícharos con xamón Churrasco con patacas Froita de tempada	16 Ensalada mixta Filete de polo á prancha con arroz e tomate logur	17 Potaxe de garavanzos Lirios rebozados con ensalada de leituga Froita de tempada	18 Xudías con xamón Espaguetes boloñesa logur	19 Empanada de atún Guiso de luras Melocotón en xarope
22 Sardiñas con tomate Guiso de tenreira con verduriñas Froita de tempada	23 Sopa de letras Xudías con ovos cocidos, patacas e chourizo logur	24 Crema de verduras Merluza rebozada con ensalada de leituga Froita de tempada	25 Croquetas con ensalada mixta Richada con patacas fritidas logur	26 Lentellas Pizza Froita de tempada
29 Caldo galego Macarróns con atún Froita de tempada	30 Sopa de letras Polo ao forno con patacas TARTA			

REFRÁN: O que pon a horta en san Martiño, ten pra el e mais po veciño.