

CEIP CERDEIRIÑAS MENÚ ESCOLAR

OUTUBRO



	MARTES 1 1. Crema de verduras 2. Paella de polo 3. Iogur	MÉRCORES 2 1. Sopa de fideos 2. Costela ao forno con verduriñas 3. Froita de tempada	XOVES 3 1. Lentellas 2. Pescada c/leituga e tomate 3. Melocotón en xarope	VENRES 4 1. Crema cenoria 2. Espaguetes boloñesa 3. Froita de tempada
LUNS 7 1. Crema de espinacas 2. Macarróns con atún 3. Froita de tempada	MARTES 8 1. Minestra de verduras 2. Guiso de carne c/patacas 3. Natillas	MÉRCORES 9 1. Ensalada mixta 2. Polo ao forno c/patacas 3. Froita de tempada	XOVES 10 1. Crema de cabacinho 2. Tortilla de xamón c/leituga 3. Froita de tempada	VENRES 11 1. Fabada 2. Peixe c/leituga 3. Queixo c/marmelo
LUNS 14 1. Lentellas 2. Ovos c/coliflor 3. Froita de tempada	MARTES 15 1. Potaxe garavanzos c/espinacas 2. Filete de polo c/leituga e tomate 3. Melocotón en xarope	MÉRCORES 16 1. Sopa de fideos 2. Lirios c/ensalada de leituga 3. Froita de tempada	XOVES 17 1. Chícharos c/xamón 2. Albóndegas c/arroz 3. Iogur	VENRES 18 1. Ensalada mixta 2. Guiso de rape 3. Froita de tempada
LUNS 21 1. Ensalada de pasta 2. Guiso de carne 3. Froita de tempada	MARTES 22 1. Crema de cenoria 2. Lasaña 3. Iogur	MÉRCORES 23 1. Caldo 2. Polo ao forno 3. Froita de tempada	XOVES 24 1. Ensalada mixta 2. Milanesa c/patacas 3. Piña en xarope	VENRES 25 1. Potaxe garavanzos 2. Peixe c/leituga 3. Froita de tempada
LUNS 28 1. Ensalada mixta 2. Espaguetes boloñesa 3. Froita de tempada	MARTES 29 1. Crema de verduras 2. Pizza 3. Iogur	MÉRCORES 30 1. Lentellas 2. Peixe c/leituga 3. TARTA	XOVES 31 NON LECTIVO	