


# SCHOOL LUNCH MENU

## SEPTEMBER 2021

# MENÚ ESCOLAR

## SETEMBRO 2021

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
			9 Three delights rice Loin steak and salad Syrup pineapple	10 Vegetable cream Stewed squid and potatoes Fresh fruit
13 Mixed salad Spaghetti tuna Fresh fruit	14 Stars soup Stewed meat Yoghurt	15 Green beans and ham Baked chicken and rice Fresh fruit	16 Sardines and tomatoes Spanish omelette and salad Yoghurt	17 Lentils Battered hake and salad Fresh fruit
20 Peas and ham Grilled steak and chips Fresh fruit	21 Tuna pie Pasta salad Yoghurt	22 Noodle soup Baked cod and potatoes Fresh fruit	23 Vegetable cream Macarroni and tuna Yoghurt	24 Mixed salad Chicken breast and rice Fresh fruit
27 Stars soup Green beans, potatoes, boiled egg "chourizo" Fresh fruit	28 Lentils Grilled hake and salad Yoghurt	29 Vegetable cream Pizza Fresh fruit	30 Mixed salad "Richada" meat and potatoes CAKE	

SAYING: "We know that in September, we will wander through the warm  
winds of summer's wreckage. We will welcome summer's ghost"

# SCHOOL LUNCH MENU

## SEPTEMBER 2021

# MENÚ ESCOLAR

## SETEMBRO 2021

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
			9 Arroz tres delicias Filete de raxo con leituga e tomate Piña en xarope	10 Crema de verduras Guiso de luras con patacas Froita de tempada
13 Ensalada mixta Espaguetis con atún Froita de tempada	14 Sopa de letras Guiso de carne con patacas logur	15 Xudías con xamón Polo ao forno con arroz Froita de tempada	16 Sardiñas con tomate Tortilla con ensalada de leituga logur	17 Lentellas Merluza rebozada con ensalada de leituga Froita de tempada
20 Chícharos con xamón Churrasco con patacas fritidas Froita de tempada	21 Empanada de atún Ensalada de pasta logur	22 Sopa de fideos Bacallao ao forno con patacas Froita de tempada	23 Crema de verduras Macarróns con atún logur	24 Ensalada mixta Peituga de polo á prancha con arroz Froita de tempada
27 Sopa de letras Xudías con ovos, chourizo e patacas Froita de tempada	28 Lentellas Merluza á prancha con ensalada de leituga logur	29 Crema de verduras Pizza Froita de tempada	30 Ensalada mixta Richada con patacas fritidas TARTA	

REFRÁN: San Migueliño das uvas maduras, tarde vés e pouco duras.