

MENÚ SETEMBRO 2022-23 **CEIP ARZÚA**

			XOVES 8	VENRES 9
			ensalada de arroz -polo ao forno con leituga -iogurt sabores*	-lentellas -calamares* con tomate -froita
LUNS 12	MARTES 13	MÉRCORES 14	XOVES 15	VENRES 16
-tomate con sardiñas en conserva* -macarróns con carne -froita	-espinacas con bechamel* -estofado de pavo con patacas cocidas -xeado	- coliflor con ovo -lomo de cerdo con tomate -iogurt sabores*	-chicharos con xamón -tortilla *francesa con leituga -iogurt natural*	-arroz con verduras -salmon ao forno * con tomate -froita
LUNS 19	MARTES 20	MÉRCORES 21	XOVES 24	VENRES 23
-xudias con xamón -tortilla* patacas con tomate -iogurt natural*	-ensalada mixta -fideua de pescado* -iogurt sabores*	-tomate con sardiñas* en conserva -macarróns con polo -froita	-brocoli con ovo* -Pavo ao forno con arroz branco -iogurt sabores*	-crema de cenoria -pescado* á galega con patacas cocidas -iogurt natural*
LUNS 26	MARTES 27	MÉRCORES 28	XOVES 29	VENRES 30
-sopa* -san xacobos *con leituga -froita	ensalada de pasta* - costela asada con patacas fritas -iogurt sabores*	entremeses frios -spaguetti *á boloñesa -froita -	-pure de verduras -terneira con patacas guisadas -iogurt natural*	Sopa * -Pescado *temporada guisado con patacas cocidas -froita

Os menús poderan variar según existencias

A auga será sempre embotellada

*alérxenos

Dña.Cristina García Sánchez

(Diplomada en Nutrición Humana e dietética por la U.P.V)

