

**MENÚ ESCOLAR CEIP FILOMENA DATO**
**DECEMBRO - CURSO 2022/2023**

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES 1	VENRES 2
			Revolto de grelos con xamón Peixe fresco con guarnición Iogur 1,5,9	Guisantes con ovo cocido Pasta carbonara Froita 5,7,9
LUNS 5	MARTES	MÉRCORES 7	XOVES	VENRES 9
Sopa Albóndigas con cachelos Froita 5,7		Lentellas Paella Iogur 3,9		Crema de verduras Pasta con atún Froita 1,5,7
LUNS 12	MARTES 13	MÉRCORES 14	XOVES 15	VENRES 16
Menestra con xamón Macarróns con carne Froita 5,7	Brocoli ao vapor Peixe fresco con guarnición Iogur 1,7,9	Ensalada mixta Polo ao forno con patacas Froita 1,5	Cous cous con verduras Peixe fresco con guarnición Natillas 1,7,9	Sopa Coello con patacas fritas Froita 5,7
LUNS 19	MARTES 20	MÉRCORES 21	XOVES 22	VENRES
Xudias con ovo e chourizo Arroz milanesa Froita -	Lentellas Peixe fresco con gornición Iogur 1,7,9	Fabada Pizza con ensalada Froita 5,7,9	MENÚ ESPECIAL DE NADAL	

\* Non podemos precisar que peixe é, xa que o mercamos fresco do día. Irá acompañado de pasta, ensalada, arroz ou verduras.

**ALÉRXENOS**

1. Peixes e moluscos
2. Crustáceos e mariscos
3. Apio
4. Mostaza

5. Ovos
6. Sementes de sésamo
7. Cereais con glute ou trigo
8. Cacahuetes, froitos secos

9. Lácteos
10. Sulfitos
11. Soia