



# MENÚ NOVEMBRO



LUNS 4	MARTES 5	MÉRCORES 6	XOVES 7	VENRES 8
Xudias con ovo cocido Carne richada con patacas Froita 5	Quinoa con verduras Peixe fresco con guarnición Iogur 1,9	Menestra Lasaña Froita 5,7,9	Potaxe de garabanzos Peixe fresco con guarnición Iogur 1,9	Sopa Bolo preñado Froita 5,7
LUNS 11	MARTES 12	MÉRCORES 13	XOVES 14	VENRES 15
	Queixo de Arzúa e xamón serrano Peixe fresco con guarnición Iogur 1,9	Lentellas vexetais Arroz con polo Froita	Crema de boniatos Peixe fresco con guarnición Iogur 1,9	Brocoli con allada Xamón asado con patacas fritas Froita
LUNS 18	MARTES 19	MÉRCORES 20	XOVES 21	VENRES 22
Coliflor con xamón Pasta con pavo Froita 5,7	Cous cous con verduras Peixe fresco con guarnición Iogur 1,7,9	Sopa Carne ó caldeiro Froita 5,7	Crema de verduras Arroz de mar Iogur 1,9	Guisantes con xamón Coello guisado con patacas Froita
LUNS 25	MARTES 26	MÉRCORES 27	XOVES 28	VENRES 29
Ensalada mixta Guiso de terneira e setas Froita 1,5	Fabada Peixe fresco con guarnición Iogur 1,9	Crema de calabacín Pasta carbonara Froita 5,7,9	Arroz con verduras Peixe fresco con guarnición Iogur 1,9	Ensalada mixta Milanesa de polo con arroz Froita 1,5

*\* 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. Cacahuets, froitos secos 9. Lácteos 10. Sulfitos 11. Soia