

MENÚ SETEMBRO



		MÉRCORES 11	XOVES 12	VENRES 13
		Ensalada mixta Polo ao forno con boniato Froita 1,5	Cous cous con verduras Peixe fresco con guarnición Iogur 1,7,9	Ensalada de tomate con queixo Tortilla de patacas Froita 5,9
LUNS 16	MARTES 17	MÉRCORES 18	XOVES 19	VENRES 20
Chícharos con xamón Carne rinchada con patacas Froita 1,9	Quinoa con verduras Peixe fresco con guarnición Iogur 1,9	Menestra Lasaña de carne Froita 5,7,9	Crema de calabacín Peixe fresco con guarnición Iogur 1,9	Revolto de grelos Coello ao forno con patacas Froita 5
LUNS 23	MARTES 24	MÉRCORES 25	XOVES 26	VENRES 27
Coliflor con xamón Pasta con atún Froita 1,5,7	Sopa Peixe fresco con guarnición Iogur 1,5,7,9	Ensalada mixta Empanada campera Froita 7	Ensalada de garabanzos Peixe fresco con guarnición Natillas 1,5,9	Brócoli Costela de porco asada con patacas Froita
LUNS 30				
Ensalada mixta Arroz con polo 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