



**XANEIRO DE 2022**



LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
VACACIÓNS DE NADAL	VACACIÓNS DE NADAL	VACACIÓNS DE NADAL	VACACIÓNS DE NADAL	VACACIÓNS DE NADAL
10	11	12	13	14
1. Crema de chícharos 2. Tallaríns con polo <i>FROITA DE TEMPADA</i>	1. Sopa de verduras 2. Mousaka <i>FROITA DE TEMPADA</i>	1. Potaxe de garavanzos 2. Peixe fresco frito con patacas e verduras <i>QUEIXO CON MARMELO</i>	1. Lentellas 2. Pizza caseira <i>FROITA DE TEMPADA</i>	1. Caldo de nabizas 2. Peixe fresco ao forno con arroz e tomate <i>FROITA DE TEMPADA</i>
17	18	19	20	21
1. Crema de cabaza 2. Espagueti á boloñesa <i>FROITA DE TEMPADA</i>	1. Sopa de peixe e verduras 2. Lasaña con atún e espinacas <i>FROITA DE TEMPADA</i>	1. Fabada 2. Peixe fresco ao forno con arroz e ensalada <i>IOGUR ECOLÓXICO</i>	1. Sopa de fideos 2. Cocido <i>FROITA DE TEMPADA</i>	1. Brócoli con xamón 2. Guiso de choupas <i>FROITA DE TEMPADA</i>
24	25	26	27	28
1. Repolo con allada 2. Fideos con pavo <i>FROITA DE TEMPADA</i>	1. Sopa de fideos 2. Tortilla de pataca con ensalada <i>FROITA DE TEMPADA</i>	1. Lentellas 2. Caldeirada de peixe fresco <i>FROITA DE TEMPADA</i>	1. Crema vichyssoise con picatostes 2. Tenreira con patacas e ensalada <i>IOGUR ECOLÓXICO</i>	1. Coliflor gratinada 2. Marmitako de salmón <i>FROITA DE TEMPADA</i>
31				
1. Crema de cenoria 2. Macarróns con polo <i>FROITA</i>				

Lembramos que esta previsión pode estar suxeita a modificacións porque desde o comedor escolar estamos a promover o consumo diario de verduras de tempada, ecolóxicas (dentro do posible) e de proximidade para favorecer a economía local e o desenvolvemento rural e sobre todo fomentar hábitos saudables para coidar a saúde do noso alumnado.