



# MENÚ SETEMBRO 2024



LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
		MACARRÓNS Á BOLOÑESA FROITA DA TEMPADA (1,2,14)	ARROZ CON POLO E VERDURAS DA TEMPADA(1,2) FROITA DA TEMPADA(14)	XUDÍAS VERDES CON PATACAS, OVO E CHOURIZO(2,5) FROITA DA TEMPADA(14)
MACARRÓNS CON CARNE E VERDURAS(1,2,4) FROITA DE TEMPADA (14)	ALIÑAS DE POLO CON ARROZ BLANCO E ENSALADA VERDE(1,2,3,14) IOGUR NATURAL (1)	MERLUZA CON ENSALADA VERDE(3) FROITA DE TEMPADA(14)	ALBÓNDEGAS Á XARDIÑEIRA CON ARROZ BLANCO(3,4) FROITA DE TEMPADA (14)	PATACAS Á RIOXANA FROITA DA TEMPADA (2,4,14)
ESPAGUETES CON ATÚN (2,3,4) FROITA DE TEMPADA (14)	MUSLIÑOS DE POLO CON PATACAS E ENSALADA VERDE (1,2,4,14) IOGUR NATURAL (1)	PEIXE CON PATACAS COCIDAS E ENSALADA COMPLETA (3, 14) FROITA DE TEMPADA (14)	TORTILLA DE PATACAS CON ENSALADA DE TOMATE,SARDIÑAS E OLIVAS(1,3,4,6) FROITA DE TEMPADA( 14)	LASAÑA DE CARNE(1,2,4) FROITA DA TEMPADA(14)
LOMBO CON PURÉ CON PATACAS E ENSALADA MIXTA(2.3,4) FROITA DA TEMPADA (14)				

\* Os menús poderán sufrir modificacións por causas alleas ao servizo de comedor ou por organización.



ALÉRXENOS						
1  Lactosa	2  Huevo	3  Pescado	4  Gluten	5  Frutos Secos	6  Moluscos	7  Crustáceos
8  Soja	9  Sésamo	10  Apio	11  Gluten	12  Frutos Secos	13  Moluscos	14  Crustáceos

INFORMACIÓN
<ul style="list-style-type: none"> <li>As salsas e aliños son elaboradas con aceite de oliva virxe extra (AOVE) e sal iodada</li> <li>O pan é fresco cada día, así como as xerras de auga están a disposición do alumnado na mesa</li> <li>Cociñamos á plancha e ao forno sempre que podemos.</li> <li>Aumentamos a nosa variedade de verduras e legumes; o consumo de cremas e sopas e de peixe fresco.</li> <li>Incrementamos o consumo de produtos integrais (pasta, arroz e pan)</li> <li>Utilizamos produtos con IXP (Tenreira Galega), Pataca de Galicia e DOP (Queso Arzúa Ulloa), logur Naturale Ovos de galiñas camperas.</li> </ul>

# PROPOSTAS DE CEAS - SETEMBRO

PEIXE CON ENSALADA MIXTA  
FROITA DA TEMPADA

CREMA DE CALABACIN  
ENSALADA DE TOMATE  
BATIDO DE FROITAS

ENSALADA MIXTA  
PIZZA  
MACEDONIA DE FROITAS

TORTILLA FRANCESA  
ENSALADA CON TOMATE  
FROITA DA TEMPADA

CREMA DE CALABACÍN  
ENSALADA CON TOMATE  
BATIDO DE FROITA

CREPES DE POLO  
ENSALADA CON TOMATE  
FROITA DA TEMPADA

ENSALADA MIXTA  
SANDWICH DE PAVO E QUEIXO  
FROITA DA TEMPADA

LASAÑA DE ESPINACAS  
IOCUR NATURAL

NUGGETS DE POLO  
ENSALADA MIXTA  
BATIDO DE FROITAS

CREMA DE VERDURAS  
ENSALADA CON TOMATE  
FROITA DA TEMPADA

CREMA DE CENORIA  
ENSALADA VERDE  
BATIDO DE FROITAS

SANDWICH DE ATÚN CON  
TOMATE NATURAL E QUEIXO  
ENSALADA MIXTA  
FROITA DA TEMPADA

TORTILLA FRANCESA  
ENSALADA MIXTA  
IOGUR NATURAL

CREMA DE CENORIA  
NUGGETS DE PEIXE  
FROITA