

# Menús Outubro 2023

<b>Luns 2</b> Lentellas con chourizo e verduras Lasaña(1,7) Froita	<b>Martes 3</b> Sopa de ave (1) Solomillo de cerdo ibérico con patatas asadas Iogur(7)	<b>Mércores 4</b> Espaguetis carbonara con bacon, champiñóns e parmesano.(1) Peixe ( s.m) con ensalada de leituga e tomate(4) Froita	<b>Xoves 5</b> Crema de verduras da horta. Polo asado con espirais(1). Froita	<b>Venres 6</b> Arroz tres delicias(1) Hamburguesa con patacas. Froita
<b>Luns 9</b> Revolto de gambas con grellos(3,2) Xamón asado con salsa de champiñóns e crema de pataca(7) Froita	<b>Martes 10</b> Potaxe de fabas Pizza(1,7) Froita	<b>Mércores 11</b> Brécol con allada e ovo cocido(3). Peixe azul ( sm) con guarinición de tomate, espárragos, aceitunas e cebola.(4) Iogur(7)	<b>Xoves 12</b> <b>Festividade do Pilar</b>	<b>Venres 13</b> <b>Día non lectivo elixido polo centro</b>
<b>Luns 16</b> Xudías con patacas, ovo cocido e chourizo. (3) Macarróns estufados.(1) Froita.	<b>Martes 17</b> Garavanzos Milanesa con ensalada(1) Iogur(7)	<b>Mércores 18</b> Crema de cabaciña, porro e cenoria. Peixe con ensalada ( sm)(4) Froita	<b>Xoves 19</b> Ensaladilla rusa con mazá verde(3) Albóndigas con arroz(1) Froita	<b>Venres 20</b> Empanada de pueblo Paella de peixe(4,1) Macedonia de froitas
<b>Luns 23</b> Lentellas Cinta de lomo selecta con crema de pataca(7) Froita	<b>Martes 24</b> Puré de verduras Estofado de tenreira galega Froita	<b>Mércores 25</b> Coliflor con bechamel(1,7) Peixe con guarnición ( sm) con ensalada de temporada Iogur(7)	<b>Xoves 26</b> Xudías con xamón Costelas ao forno estilo barbacoa, criollo e patacas fritas. Froita	<b>Venres 27</b> Ensalada de cangrexo con ovo cocido e salsa rosa.(3,2) Peixe ( sm) á galega con pataca cocida.(4) Froita
<b>Luns 30</b> Sopa de Cocido(1) Cocido galego Froita	<b>Martes 31</b> Lentellas Tortilla de patacas con ensalada de tomate e sardiñas.(3,4) Postre de Samaín			

Nota: Os menús poden variar por motivos imprevistos (retrasos en suministros de mercancías, ausencia de persoal...)

**Código de Alérxenos:** 1- Gluten, 2-Crustáceos, 3- Ovo e derivados, 4- Peixe , 5- Cacahuete, 6-Soja e derivados, 7-Lácteos, 8- Froitos de cáscara, 9- Apio e derivados, 10- Mostaza, 11-sésamo, 12- Sulfitos, 13- Altramuces, 14- Moluscos