



XUNTA DE GALICIA

CONSELLERÍA DE CULTURA, EDUCACIÓN E ORDENACIÓN UNIVERSITARIA

CEIP Nosa Señora das Dores – Forcarei

Rúa Maleitas s/n-36550 Forcarei (Pontevedra) Tlf.: 886.15.19.68/69 Fax: 886.15.19.70

E-mail: ceip.nosaseñora.dores@edu.xunta.es

Web: ceipnosaseñoradores

MENÚ ESCOLAR Novembro 24

ALÉRXENOS: AL 1- GLUTEN 2- CRUSTÁCEOS 3- OVOS 4- PEIXE 5- LEITE 6- FROITOS CON CÁSCARA 7- MOLUSCOS
*O ALUMNADO CON INTOLERANCIA Á LACTOSA DISPÓN DE DERIVADOS LÁCTEOS SEN LACTOSA.
**SE POR MOTIVOS MÉDICOS, PRECÍSASE UNHA DIETA DETERMINADA, PÓDESE CONTACTAR CO COLEXIO E ACHEGAR O INFORME MÉDICO PARA QUE A COCIÑA SE POIDA ADAPTAR AO MENÚ INDICADO.

04/11/24	Croquetas de xamón	Espagete boloñesa de polo	Froita de tempada
05/11/24	Minestra de verduras	Pescada ao forno en salsa verde AL 4	Froita de tempada
06/11/24	Sopa AL 1	Costela guisada c/ patacas. AL 1	Pexego en caldo de azucre
07/11/24	Ensalada de tomate	Tacos de pavo c/ arroz branco	Bebible de fresa AL 5
08/11/24	Empanada de atún	Lentellas con verduriñas	Froita de tempada
12/11/24	Xudías con tomate	Lirios c/ patacas panaderas AL 1,4	Froita de tempada
13/11/24	Revolto de cogumelos AL 3	Potaxe de garavanzos con espinacas	Froita de tempada
14/11/24	Cocido galego		Iogurt Granxa Xanceda AL 5
15/11/24	Sopa de cocido AL 1	Chipiróns con patacas fritidas AL 1	Froita de tempada
18/11/24	Sardinillas con olivas AL 4	Zancos de polo con verduriñas	Froita de tempada
19/11/24	Mexillóns ao vapor AL 7	Arroz tres delicias AL 3	Froita de tempada
20/11/24	Ensalada mixta (leituga, tomate, cebola, cenoria, queixo e nozes) AL 1,5,6	Fabada asturiana	Froita de tempada
21/11/24	Caldo de berza	Fingers de polo con puré de patacas AL 1,3	Bebible de chocolate AL 5
22/11/24	Crema de cabaza e allos porros	Lasaña de salmón con espinacas AL 1	Froita de tempada
25/11/24	Sopa AL 1	Polo á pepitoria AL 3,6	Froita de tempada
26/11/24	Ensalada (leituga, cebola e tomate)	Bacallau rebozado c/ patacas fritidas AL 1,3,6	Froita de tempada
27/11/24	Vichyssoise	Hamburguesa c/ arroz branco	Froita de tempada
28/11/24	Prato combinado: brócoli, chourizo, ovo e patacas cocidas c/ allada. AL 3	Marmelo c/queixo AL 5	
29/11/24	Tallaríns con queixo AL 1,5	Rabas c/ ensalada AL 1	Froita de tempada

POR CIRCUNSTANCIAS EXCEPCIONAIS, O MENÚ PODERÁ VERSE VARIADO DE MANEIRA OCASIONAL, SEMPRE PENSANDO NO BO FUNCIONAMENTO DO SERVIZO DE COMEDOR.



ALIMENTÁDEVOS BEN: A familia, primeira escola de saúde

CALIDADE

+ de: legumes, hortalizas e froitas; preparacións sinxelas; sabores naturais

- de: alimentos ricos en graxa, azucre e sal; alimentos ultraprocesados, saborizantes e mollos industriais

