



Servizo municipal
de madrugadores e
comedores escolares

MENU BASAL OUTUBRO

LUNS

30/09/2024

MARTES

01/10/2024

MÉRCORES

02/10/2024

XOVES

03/10/2024

VENRES

04/10/2024

SOPA FLORENTINA CON FIDEOS

XURELO GUISADO
XUDIAS, CHÍCHAROS, CENORIA,
COLIFLOR E PATACA
FROITA

CHICHAROS CON XAMÓN

TORTILLA DE PATACA
ENSALADA DE LEITUGA E MILLO
FROITA

TALLARINS CON CHAMPIÑONS

ABADEXO A MARIÑEIRA
COLIFLOR
IOGUR

FABAS PINTAS CON VERDURAS
GOULASH DE PAVO CON XUDIAS
GUISADAS

FROITA

07/10/2024

PATACAS EN SALSA VERDE CON
CHÍCHAROS
ABADEXO EN SALSA CEDEIRESA
BROCOLI CON CENORIA

FROITA

08/10/2024

CREMA CAMPEIRA
BOLOÑESA VEXETAL CON
MACARRONS

IOGUR

09/10/2024

LENTELLAS ESTUFADAS
XARDA CON ALLADA
LEITUGA, MILLO E CENORIA

FROITA

10/10/2024

CALDO VEXETAL
COELHO A CAZADORA
ARROZ PILAW

FROITA

11/10/2024

PISTO DE VERDURAS CON OVO
ESTUFADO DE CARNE DE PORCO
CON PATACAS GUISADAS

IOGUR

14/10/2024

ARROZ (ecoloxico) TRES DELICIAS
XAMONCIÑOS DE POLO O FORNO
LEITUGA, CEBOLA E OLVIAS
VERDES
IOGUR

15/10/2024

FABAS PINTAS CON CHOURIZO
FILETE DE PESCADA EN SALSA DE
TOMATE E ALBAHACA
MINESTRA REFOGADA

FROITA

16/10/2024

COLIFLOR A GALEGA
TENREIRA GUISADA CON FIDEOS

IOGUR

17/10/2024

GARAVANZOS CON ACELGAS,
ESPINACAS E CABAZA
TORTILLA DE CABACIÑA
LEITUGA E TOMATE

FROITA

18/10/2024

CREMA DE CENORIA
BACALLAO ESTUFADO CON
PATACAS

FROITA

21/10/2024

CREMA DE CHICHAROS
LOMBO ASADO EN SALSA DE
LARANXA
XARDIÑEIRA

IOGUR

22/10/2024

ENSALADA TROPICAL
ATÚN GUISADO CON FIDEOS

FROITA

23/10/2024

SOPA DE VERDURAS
ESTUFADO DE PAVO CON PATACAS

FROITA

24/10/2024

GARAVANZOS CON ESPINACAS
TORTILLA PAISANA
TOMATE NATURAL

FROITA

25/10/2024

ESPIRAIS CON VERDURAS
PESCADA O FORNO
REPOLO SALTEADO

IOGUR

MENU SAMAÍN

28/10/2024

MACARRONS CON PISTO
FILETE DE PESCADA EN SALSA
VERDE
VERDURAS GUISADAS

FROITA

29/10/2024

LENTELLAS A CASEIRA
ESTUFADO DE TENREIRA A
XARDIÑEIRA

IOGUR

30/10/2024

CREMA DE CABAZA
TORTILLA DE PATACA
TOMATE E OLVIAS

FROITA

31/10/2024

NON LECTIVO

