


OUTUBRO MENÚ COMEDOR ESCOLAR				
	1	2	3	4
	Lentellas vexetais (allo porro, cenoria, pemento, cebola,...) Bacallao á vizcaína Froita do tempo	Ensalada de outono Guiso de tenreira Froita do tempo	Puré de verduras (cenoria, tomate, cabacín, espinacas, cebola e pataca) Espaguetis boloñesa con atún Froita do tempo	<u>MENÚ ESPECIAL DE SAN FROILÁN</u> Sopa de fideos Polbo á feira con cachelos Xeado
	7	8	9	10
Sopa de verduras con picatostes Peituga de polo á prancha con arroz branco Froita do tempo	Ensalada mixta Pescada á galega con cachelos Froita do tempo	Puré de verduras (cenoria, tomate, cabacín, espinacas, cebola e pataca) Pasta oriental Iogur	Fabada vexetal(cenoria, cebola,allo porro, pemento, cabacín, espinacas e pataca) Empanada de atún Froita do tempo	Xudías con xamón Zorza con cachelos Froita do tempo
14	15	16	17	18
Menestra de verduras con xamón coliflor,cenoria,xudías, acelgas, patacas e chícharos) Paella de peixe Froita do tempo	Ensaladillña rusa Coello asado con patacas Froita do tempo	Sopa de estreliñas Tortilla española con ensalada tricolor Iogur Froita do tempo	Arroz tres delicias(tortilla francesa, chícharos e xamón cocido) Sardiñas con cachelos Froita do tempo	Potaxe de garavanzos e verduras Croquetas caseiras de pescada con ensalada Froita do tempo
21	22	23	24	25
Coliflor en allada Pizza Margarita Froita do tempo	Ensalada de pasta(aceitunas, millo, tomate...)0 Salmón ao forno con patacas panadeira Froita do tempo	Repolo en allada Garavanzos con chourizo e cachelos Froita do tempo	Guisantes con xamón Fideuá con froitos do mar(gambas e mexilóns) Froita do tempo	Crema de cenoria Hamburguesa con ensalada de leituga Froita do tempo
28	29	30	31	
Lentellas estufadas con vexetais e pataca(cenoria, cebola, allo porro, pemento,cabacín, espinacas e arroz) Luras á romana con ensalada de tomate Iogur	Brócoli en allada Lombo adobado con cachelos Froita do tempo	<u>MENÚ SAMAIN</u> Crema de cabaza Dedos cortados de zombi (salchichas con chips de boniato e patacas). Pantasma e cabazas doces(plátano, mandarina e chocolate)	NON LECTIVO	

- Estes menús poden verse alterados por causas excepcionais ou de mercado.

-Calquera dos nosos pratos pode conter trazas dalgún dos alérxenos incluídos no listado do Anexo II do Regulamento UE 1169/2011.