

MENÚ NOVEMBRO 2023

CEIP RAMÓN DE VALENZU

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
		1 	2 SOPA DE LETRAS SOLOMBO DE PORCO CON GUARNICIÓN DE VERDUIRAS KIWI	3 CREMA DE CABAZA ARROZ NEGRO CON MEXILLÓNS SOBREMESA DE SAMAIÑ
6 CREMA DE CENORIA GUIZO DE PASTA CON POLO E COGOMELOS XELATINA	7 LENTELLAS ESTOFADAS CHIPIRÓNS CON ENSALADA DE NOCES MANDARINA	8 ENSALADA VARIADA FILETE DE PAVO CON COUS COUS MELOCOTON	9 CHICHAROS CON BACON BACALAO Á GALEGA PERA	10 SOPA CON VERDURAS ARROZ CON CHOUPA IOGUR DE COCO
13 BRÓCOLI REFOGADO ESPAGUETES Á BOLOÑESA PLATANO	14 CALDO GALEGO MELVA CON CHAMPIÑONS PIÑA	15 REVOLTO DE ESPINACAS CALDEIRETE DE TENREIRA GUISADA FLAN DE OVO	16 CREMA DE CALABACÍN FILETE DE POLO CON ENSALADA MIXTA MAZÁ	17 SOPA DE ESTRELAS XUDÍAS CON OVO E CHOURIZO IOGUR DE LIMÓN
20 CREMA DE CABAZA ARROZ CON TENREIRA E VERDURAS KIWI	21 GRELOS Á GALEGA ALBÓNDEGAS CON COUS COUS NATILLAS	22 CREMA CAMPEIRA PIZZA PIÑA	23 CROQUETAS PESCADA Á ROMANA CON ENSALADA MIXTA MANDARINA	24 MINESTRA CON XAMÓN FIDEUA CON RAPE E VERDURAS PETTIT SUISSE
27 CREMA SOLFERINO MACARRÓNS CON ATÚN PERA	28 SALTEADO DE GUI SANTES FILETE DE PORCO EMPANADO CON PATACAS FRITIDAS MELOCOTON	29 POTAXE DE GARAVANZOS CAZON CON SALTEADO DE VERDURAS MAZÁ	30 EMSPANADA DE ATÚN LIRIOS CON ENSALADA DE PERA E MAZÁ IOGUR NATURAL	1 REPOLO CON REFRITO PAELLA BEBIBLE



**FROITA ESTRELA
DESTE MES:
ACEITUNA**



**O MENÚ PODERÁ SUFRIR
MODIFICACIÓNS DE MANEIRA
OCASIONAL PENSANDO SEMPRE
NO BO FUNCIONAMENTO DO
SERVIZO DE COMEDOR.**



**FOMENTAMOS O CONSUMO DE
ALIMENTOS PROPIOS DA NOSA
HORTA ESCOLAR E CERCANOS A
NÓS.**

Observacións:

Este menú contén os seguintes alérxenos:

GLUTE LEITE OVO PEIXE MOLUSCOS CRUSTÁCEOS ALTRAMUCES SOIA



- * Crema campeira: cenoria, cabaza, tomate e cebola.
- * Crema solferino: tomate, pataca, cebola, cenoria)
- * Ensalada variada: leituga, remolacha, aguacate, xamón cocido, atún, maíz).
- * Ensalada mixta: leituga, tomate, cebola, aceitunas)