



MENÚ ESCOLAR CEIP RIORTORTO

(MARZO)

MENÚ ESCOLAR CEIP RIORTORTO				
(MARZO)				
PRIMEIRA SEMANA		1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
	MÉRCORES, 1	FABADA	PESCADA Á ROMANA CON ENSALADA	FROITA DO TEMPO
	XOVES, 2	ENSALADA DE CUSCÚS	ZORZA CON PATACAS	LÁCTEO
	VENRES, 3	EMPANADA DE ATÚN	ESPAGUETES Á BOLOÑESA	FROITA DO TEMPO
SEGUNDA SEMANA		1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
	LUNS, 6	BRÓCOLI CON XAMÓN E OVO COCIDO	PINCHO MORUNO CON PATACAS	FROITA DO TEMPO
	MARTES, 7	PURÉ DE CENORIA	TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE	LÁCTEO
	MÉRCORES, 8	GUISANTES CON XAMÓN	HAMBURGUESA CON PATACAS	FROITA DO TEMPO
	XOVES, 9	FIDEUÁ	BACALLAU EN SALSA CON ARROZ	LÁCTEO
	VENRES, 10	SOPA DE FIDEOS	PIZZA CASEIRA DE XAMÓN	FROITA DO TEMPO
TERCEIRA SEMANA		1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
	LUNS, 13	LENTELLAS VEXETAIS	ZORZA CON PATACAS COCIDAS	FROITA DO TEMPO
	MARTES, 14	XUDÍAS CON TOMATE	ALBÓNDIGAS CON ARROZ	LÁCTEO
	MÉRCORES, 15	CREMA DE VERDURAS	PESCADA EN SALSA CON PATACAS	FROITA DO TEMPO
	XOVES, 16	OVOS RECHEOS	MILANESA DE POLO CON ENSALADA	LÁCTEO
	VENRES, 17	CALDO DE REPOLO	LASAÑA CASEIRA	FROITA DO TEMPO
CUARTA SEMANA		1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
	LUNS, 20	DÍA NON LECTIVO		
	MARTES, 21	PURÉ CALABACIN	PAELLA MIXTA	LÁCTEO
	MÉRCORES, 22	POTAXE DE GARAVANZOS	PESCADA Á ROMANA CON ENSALADA	FROITA DO TEMPO
	XOVES, 23	SOPA DE PESCADO	RAXO CON PATACAS	LÁCTEO
	VENRES, 24	COLIFLOR CON ALLADA	CARRILLADA EN SALSA CON ARROZ	FROITA DO TEMPO
QUINTA SEMANA		1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
	LUNS, 27	PURÉ DE CABAZA	LOMO Á PRANCHA CON ENSALADA	FROITA DO TEMPO
	MARTES, 28	GUIZO DE TENREIRA E VERDURA	PESCADA EN SALSA CON ARROZ	TARTA DAAVOA
	MÉRCORES, 29	ENSALADA VARIADA	PIZZA CASEIRA DE XAMÓN	FROITA DO TEMPO
	XOVES, 30	MARMITAKO	TENREIRA ESTUFADA CON PATACAS	LÁCTEO
	VENRES, 31	ARROZ TRES DELICIAS	BACALLAU EN SALSA CON ENSALADA	FROITA DO TEMPO

✚ Os menús correspondentes a este mes están supeditados a posibles cambios puntuais ou imprevistos que podan acontecer.

✚ **FROITA DO TEMPO:** mazá, plátano, pera, mandarina, kiwi, granada, macedonia...

LÁCTEO: iogur natural e de sabores, flan, natillas...

