



MENÚ ESCOLAR CEIP RIOTORTO

(NOVEMBRO)

		1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
PRIMEIRA SEMANA	MARTES, 1	DÍA NON LECTIVO		
	MÉRCORES, 2	SOPA DE ESTRELIÑAS	LOMO Á PRANCHA CON ENSALADA	FROITA DO TEMPO
	XOVES, 3	ENSALADA DE CUSCÚS	MILANESA DE POLO CON PATACAS	LÁCTEO
	VENRES, 4	FABADA	PESCADA EN SALSA CON ARROZ	CASTAÑAS ASADAS
		1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
SEGUNDA SEMANA	LUNS, 7	MENESTRA DE VERDURAS	PASTA CON ATÚN	FROITA DO TEMPO
	MARTES, 8	PURÉ DE CENORIA	HAMBURGUESAS CON ENSALADA	FROITA DO TEMPO
	MÉRCORES, 9	FIDEUA	PESCADA Á ROMANA CON PATACAS	LÁCTEO
	XOVES, 10	XUDÍAS CON TOMATE	PAELLA MIXTA	FROITA DO TEMPO
	VENRES, 11	CALDO GALEGO	TENREIRA ESTUFADA CON ENSALADA	LÁCTEO
	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA	
TERCEIRA SEMANA	LUNS, 14	COLIFLOR GRATINADA	ZANCOS DE POLO AO FORNO CON ENSALADA	FROITA DO TEMPO
	MARTES, 15	CREMA DE CABAZA	LASAÑA CASEIRA	LÁCTEO
	MÉRCORES, 16	GUISANTES CON XAMÓN	ALBÓNDIGAS CON ARROZ	FROITA DO TEMPO
	XOVES, 17	BRÓCOLI CON OVO COCIDO	BACALLAU EN SALSA CON ENSALADA	LÁCTEO
	VENRES, 18	LENTELLAS	ZORZA CON CACHELOS	FROITA DO TEMPO
	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA	
CUARTA SEMANA	LUNS, 21	EMPANADA DE XOUBAS	COSTELA ESTUFADA CON PATACAS	LÁCTEO
	MARTES, 22	CREMA DE VERDURAS	PESCADA Á ROMANA CON ARROZ	TARTA DA AVOA
	MÉRCORES, 23	SOPA DE FIDEOS	TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA	FROITA DO TEMPO
	XOVES, 24	ENSALADA MIXTA	PIZZA CASEIRA DE XAMÓN	LÁCTEO
	VENRES, 25	POTAXE DE GARAVANZOS	RAXO CON PURÉ DE PATACA	FROITA DO TEMPO
	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA	
QUINTA SEMANA	LUNS, 28	OVOS RECHEOS	POLO AO FORNO CON ARROZ	LÁCTEO
	MARTES, 29	PURÉ DE CALABACÍN	BACALLAU EN SALSA CON PATACAS	FROITA DO TEMPO
	MÉRCORES, 30	ARROZ TRES DELICIAS	MILANESA DE PORCO 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, nectarina, melón, kiwi, granada, macedonia...

✚ **LÁCTEO:** iogur natural e de sabores.

