



## MENÚ ESCOLAR CEIP RIORTORTO

(SETEMBRO)

		1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
<b>PRIMEIRA SEMANA</b>	<b>MÉRCORES, 11</b>	ENSALADA DE SARDIÑAS	LOMO AO FORNO CON ARROZ	FROITA DO TEMPO
	<b>XOVES, 12</b>	PURÉ DE CALABACÍN	PESCADA EN SALSA CON ENSALADA	LÁCTEO
	<b>VENRES, 13</b>	BRÓCOLI CON XAMÓN	TENREIRA ESTUFADA CON PATACAS	FROITA DO TEMPO
<b>SEGUNDA SEMANA</b>		<b>1º PRATO</b>	<b>2º PRATO</b>	<b>SOBREMESA</b>
	<b>LUNS, 16</b>	EMPANADA DE POLO	ESPAGUETES CON ATÚN	FROITA DO TEMPO
	<b>MARTES, 17</b>	SOPA DE FIDEOS	PIZZA DE XAMÓN	LÁCTEO
	<b>MÉRCORES, 18</b>	ENSALADA DE COUS-COUS	PESCADA EN SALSA CON PATACA PANADEIRA	FROITA DO TEMPO
	<b>XOVES, 19</b>	XUDIÁS CON TOMATE	TORTILLA ESPAÑOLA CON TOAMATE	LÁCTEO
<b>VENRES, 20</b>	FIDEUÁ DE FROITOS DO MAR	POLO AO FORNO CON ENSALADA	FROITA DO TEMPO	
<b>TERCEIRA SEMANA</b>		<b>1º PRATO</b>	<b>2º PRATO</b>	<b>SOBREMESA</b>
	<b>LUNS, 23</b>	ENSALADA MIXTA	PINCHO MORUNO CON PATACA COCIDA	FROITA DO TEMPO
	<b>MARTES, 24</b>	ENSALADILLA	PESCADA Á ROMANA CON ENSALADA	LÁCTEO
	<b>MÉRCORES, 25</b>	GUISANTES CON XAMÓN	HAMBURGUESAS CON ENSALADA	FROITA DO TEMPO
	<b>XOVES, 26</b>	ENSALADA DE GARAVANZOS	BACALLAU EN SALSA CON PATACA PANADEIRA	LÁCTEO
<b>VENRES, 27</b>	MARMITAKO	COSTELA ESTUFADA CON ARROZ	FROITA DO TEMPO	
<b>CUARTA SEMANA</b>		<b>1º PRATO</b>	<b>2º PRATO</b>	<b>SOBREMESA</b>
	<b>LUNS, 30</b>	PURÉ DE CENORIA	ZORZA CON PATACA COCIDA	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, kiwi, uvas, mandarina, melón, macedonia, batidos de froita...

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

