



# Menú escolar de novembro 2023



Mércores 1



Xoves 2

Sopa de repolo e pasta  
Salmón ao forno e arroz  
salteado  
Froita de tempada

venres 3

Lentellas vexetais  
Costela asada e patacas  
panadeiras  
Tarta de queiso ao forno

Luns 6

Crema de verduras  
Milanesa de porco e patacas  
fritas  
logur

Martes 7

Ensalada de atún,maiz e  
tomate  
Guiso de calamares e fideos  
Natiñas

Mércores 8

Sopa de verduras  
Polo asado con boniato  
logur

Xoves 9

Empanadiñas de atún  
Albóndigas con arroz  
Froita de tempada

Venres 10

MAGOSTO



Luns 13

Coliflor bechamel  
Tortilla paisana eguisantes con  
xamón  
Froita de tempada

Martes 14

Potaxe de legumes  
Arroz,ovos e salchichas  
logur

Mércores 15

Crema de calabacín  
Wock de polo e verduras  
Froita de tempada

Xoves 16

Sopa de pasta  
Peituga de pavo á prancha con  
patacas fritas  
logur

venres 17

Garavanzos con espinacas  
Lirios con xudías  
Flan

Luns 20

Crema de ave  
Fideuá  
logur

Martes 21

lentellas con chorizo  
pescado cocido con allada e  
pataca  
Froita de tempada

Mércores 22

Pizzetas de calabacín  
Xamón asado con arroz mixto  
logur

Xoves 23

Crema de porro e mazán  
Zorza con patacas  
Froita de tempada

Venres 24

Fabada  
Pescado frito con repolo  
salteado  
Tarta de chocolate

Luns 27

Ensalada Capresse  
Guiso de tenreira e pataca  
Froita de tempada

Martes 28

Crema de brécol  
Pescado frito con pisto  
logur

Mércores 29

Ovos recheos  
Macarróns con atún  
Froita de tempada

xoves 30

Pastel de verduras  
S.xacobos con patacas e  
pementos  
logur