

MENÚ OUTUBRO 2024

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
	1 Ensalada de tomate 🐟 🥕 Peixe con patacas 🐟 Froita	2 Empanada 🥕 🐟 🥚 Albóndegas con arroz 🥚 Froita	3 Ensalada de pasta 🥕 🥚 🥚 Raxo con ensalada logur 🥚	4 <i>Quiche</i> 🥚 🥕 🥕 🥚 Peixe con patacas 🐟 Froita
7 Minestra de verduras 🥕 🥕 <i>Tortellini</i> 🥕 🥚 🥚 logur 🥚	8 Ensaladilla 🥕 🐟 🥕 🥚 Peixe con tomate 🐟 Froita	9 Ensalada mixta 🥕 🐟 🥕 🥚 Lasaña 🥕 🥚 🥚 Froita	10 Lentellas 🥕 🥚 Lombo de porco Froita	11 Ensalada de pataca 🐟 🥕 🥚 Peixe con tomate logur 🥚
14 Sopa 🥕 Guiso de tenreira 🥕 🥚 Froita	15 Ensalada de pasta 🥕 🥕 🥚 🥚 Peixe con ensalada 🐟 logur 🥚	16 <i>Buñuelos</i> 🥕 🐟 🥚 Xamón asado 🥚 Froita	17 Chícharos con xamón 🥕 <i>Fajitas</i> 🥕 🥚 Froita	18 Empanada 🥕 🐟 🥚 Peixe con patacas 🐟 logur 🥚
21 Xudías con xamón 🥚 🥚 Ovos con patacas 🥕 Froita	22 Fabada 🥕 🥚 Peixe con patacas 🐟 logur 🥚	23 Ensalada mixta 🥕 🥕 🐟 🥕 🥚 Tortilla 🥕 Froita	24 Ovos recheos 🥕 🐟 🥚 Costela asada 🥚 Froita	25 Lentellas 🥕 🥚 Peixe con tomate 🐟 logur 🥚
28 Minestra de verduras 🥕 🥚 Pasta con atún 🥕 🐟 🥚 Froita	29 Ensalada de garavanzos 🥕 Peixe con tomate 🐟 logur 🥚	30 Sopa 🥕 Guiso de polo 🥕 🥚 Froita	31 Día do ensino festivo	



peixe



glute



ovos



sulfitos



legumes



lácteos



moluscos/crustáceos