

SETEMBRO

MENÚ COMEDOR

CEIPP
Vicente
Otero
Valcárcel**LUNS****MARTES****MÉRCORES****XOVES****VENRES**

		11 BRÓCOLI CON AMÉNDOSAS GUIISO DE TENREIRA Froita AP, GL, HU	12 ENSALADA MIXTA SARDINILLAS C/PATACAS E PEMENTOS PADRÓN Froita PS	13 CREMA DE TEMPADA ARROZ C/ COELLO E VERDURAS Froita AP
16 XUDÍAS C/ CENOIRA RISSOTTO DE PAVO E SETAS Froita AP,L	17 LENTELLAS VEXETAIS CALAMARES Á ROMANA C/LEITUGA ECO Froita AP, ML, GL,	18 CREMA DE TEMPADA MACARRÓNS BOLOGNESA Plátano AP, GL,HU	19 ENSALADILLA VEXETAL SALMÓN AO FORNO C/TOMATE E ALBAHACA Xeado PS, L, HU	20 VERDURIÑAS AO VAPOR FINGUERS POLO CASEIROS C/ PATACAS Froita HU, AP, GL
23 CREMA DE TEMPADA TALLARÍNS C/ATÚN Froita HU, PS, AP, GL	24 BRÓCOLI SALTEADO CURRY DE PAVO C/ARROZ Froita L	25 FABADA (IGP LOURENZÁ) PEIXE DA LONXA C/ENSALADA Lácteo AP, PS, HU, GL	26 MENESTRA NAT. ECO XAMÓN ASADO PORCO CELTA C/NOQUIS Froita GL	27 TOMATE GRATINADO DOP. ARZÚA CAZUELA DE CALAMARES Froita ML, L
30 VERDURIÑAS ECO SALTEADAS ARROZ C/ POLO Froita AP				

Todos os menús levan incluído: pan, auga e leite (GL, L). Ademais están elaborados con AOVE e aceite de oliva suave. Altérnase o consumo de pastas e arroces integrais. Todas as elaboracións son baixas en sal, azucre e graxas. As verduras e hortalizas son produtos ecolóxicos ou de proximidade (KM0)

Información contido de alérxenos declarables (RD 126/2005 e Regulamento UE nº1169/2011) .

GL: gluten // CR: crustáceos // H: ovo //PS: peixe // CC: cacahuetes // SJ: soia // L: leite (lactosa) // FC: froitos de cáscara // AP: apio // MS: mostaza // SS: sésamo // SL: sulfitos e dióxido // ML: moluscos.

Polo libre de antibióticos.

