



XUÑO 2024

LUNS 3	MARTES 4	MÉRCORES 5	XOVES 6	VENRES 7
Ensalada con garavanzos (leituga, piña e cenoria) Espagete con atún Froita de tempada, pan e auga (Leg., Sulf., Glut. P. Peixe, P. Ovo)	Sopa de pasta e verduras (cenoria, allo porro) Xamonciños de polo con ensalada de leituga Iogur natural, pan e auga (Glut., Sulf., Lact.)	Croquetas con ensalada de tomate Fideuá de ameixas Froita de tempada, pan e auga (Glut., Lact., Sulf., Crust.)	Ensalada mixta (leituga, tomate e cebola) Vitela ao forno con minestra de verduras, legumes e pataca Froita de tempada, pan e auga (Sulf., Leg.)	Fabas á vinagreta (xamón, pemento, tomate) Pizza caseira de xamón cocido e mozzarella Froita de tempada, pan e auga (Leg., Sulf., Glut. Lact.)
LUNS 10	MARTES 11	MÉRCORES 12	XOVES 13	VENRES 14
Brócoli con ovo cocido Guiso de macarróns con vitela, verduras e legumes Froita de tempada, pan e auga (P. Ovo, Glut., Leg.)	Sopa de letras Tortilla con ensalada de tomate Froita de tempada, pan e auga (P. Ovo, Glut., Sulf.)	Ensalada de pasta (atún, ovo, millo, chícharos, pauños cangrexo) * Peixe con ensalada de leituga e cebola Iogur de amorodo, pan e auga (Sulf., Glut., P. Ovo, Leg., P. Peixe, Lact., Crust.)	Crema de cabaciña Lasaña caseira de atún Froita de tempada, pan e auga (Glut., P. Peixe, P. Ovo, Lact.)	Ensalada grega (Tomate, queixo fresco, ourego) Paella con polo e verduras Froita de tempada, pan e auga (Sulf.)
LUNS 17	MARTES 18	MÉRCORES 19	XOVES 20	VENRES 21
Xoubiñas en lata con olivas e tomates Macarróns integrais con brócoli e queixo Froita de tempada, pan e auga (P. Peixe, Sulf., Glut., Lact.)	Arroz con salsa de tomate e ovo cocido Musliños de polo ao allo con ensalada de leituga Froita de tempada, pan e auga (P. Ovo, Sulf.)	Ensalada mixta (leituga, tomate e cebola) Costela ao forno con patacas fritadas Xeado, pan e auga (Sulf., Lact.)	Croquetas con ensalada de tomate Pasta con atún e salsa de tomate Froita variada, pan e auga (Sulf., Lact., P. Ovo, Glut., P. Peixe)	Ensalada mixta de leituga tomate e cebola Hamburguesa con patacas e queixo Froita de tempada, pan e auga (Sulf., Lact.)

MENÚS ELABORADOS A PARTIR DA GUÍA DA XUNTA DE GALICIA QUE PODEN SER MODIFICADOS OU MESMO SUBSTITUÍDOS POR OUTROS, SEGUNDO AS NECESIDADES DE INTENDENCIA E OUTROS IMPREVISTOS

*Peixe fresco segundo lonxa: lirio, pescada, bacallau, mero, peixe sapo...

Nota: Todos os menús van acompañados dunha ración de pan, polo que todos teñen o glute como alérxeno

LEENDA DE ALÉRXENOS

Ap.- Apio
Leg.- Legumes
Glut.- Glute
P. peixe- Proteína do peixe
S.- Soia

Sulf.- Sulfitos
Lact.- Lactosa
P. ovo.- Proteína dos ovos
Mol.- Moluscos
F. Sec.- Froitos secos ou relas

Crust.- Crustáceos
Mostaza.- Most.
Sésamo.- Sés.
Altramuz.- Altr.

A Directora
Asdo: María del Carmen Rendo López

Selo do Centro

A encargada do comedor
Asdo: Lucía Sevio Barrio

