

MENÚ ALÉRXICO LEGUMES - ABRIL 2018

	LUNS 2	MARTES 3	MÉRCORES 4	XOVES 5	VENRES 6
1ª SEMANA	NON LECTIVO	Primeiro Prato: Ensalada de tomates con mexillóns Segundo Prato: Filete de polo á prancha con patacas Sobremesa: logur Natural	Primeiro Prato: Ensalada de pasta Segundo Prato: Palometa ao forno con verduras Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Ovos recheos de bonito Segundo Prato: Coello con patacas e verduras Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Empanadillas de pavo Segundo Prato: Guiso de xamón, patacas e chourizo Sobremesa: Fresas ou laranxa
2ª SEMANA	LUNS 9	MARTES 10	MÉRCORES 11	XOVES 12	VENRES 13
	Primeiro Prato: Ensalada de remolacha, millo, cenorias e cebola Segundo Prato: Bacallau ao forno con patacas Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Ensalada de tomate, leituga, cebola, patacas, millo e olivas Segundo Prato: Pavo ao forno con macarróns e verduras Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Pisto de verduras Segundo Prato: Salmón con arroz e tomate ao forno Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Puré de cabaza e cabaciña Segundo Prato: Lasaña de carne picada con tomate Sobremesa: logur Natural	Primeiro Prato: Crema fría de allos porros con patacas Segundo Prato: Carne de tenreira estufada con arroz e verduras Sobremesa: Froita
3ª SEMANA	LUNS 16	MARTES 17	MÉRCORES 18	XOVES 19	VENRES 20
	Primeiro Prato: Crema de verduras Segundo Prato: Salmón á prancha con patacas cocidas Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Melón con xamón Segundo Prato: Fideuá de polo con verdura Sobremesa: logur Natural	Primeiro Prato: Ensalada de tomate, leituga, cebola, queixo fresco e olivas Segundo Prato: Pescada ao forno con patacas e verduras Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Ensalada clásica (leituga, tomate e cebola) con ovo cocido Segundo Prato: Arroz con luras Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Pisto con verduras Segundo Prato: Tenreira asada con espaguetes e cenorias Sobremesa: Froita
4ª SEMANA	LUNS 23	MARTES 24	MÉRCORES 25	XOVES 26	VENRES 27
	Primeiro Prato: Ensalada rusa Segundo Prato: Pescada ao forno con patacas Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Ensalada de tomate, leituga, cebola, queixo fresco e olivas Segundo Prato: Polo ao forno con arroz e verduras Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Salpicón de peixe (salmón, mexillóns, pemento, olivas, aceite e vinagre) Segundo Prato: Tortilla de espinacas e champiñóns Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Salmorejo (tomate, aceite de oliva, pan e xamón) Segundo Prato: Ensalada de xoubas e arroz Sobremesa: logur Natural	Primeiro Prato: Ensalada de remolacha, millo, cenorias e cebola Segundo Prato: Guiso de tenreira con patacas e verduras Sobremesa: Froita
5ª SEMANA	LUNS 30				
	Primeiro Prato: Tostas de tomate, atún e aceite Segundo Prato: Bacallau con arroz e verdura Sobremesa: Froita				