

**MENÚ ALÉRXICO LEGUMES E KIWI - MAIO 2019**

MENÚ ALÉRXICO LEGUMES E KIWI - MAIO 2019					
			MÉRCORES 01	XOVES 02	VENRES 03
1ª SEMANA			<b>NON LECTIVO</b>	<b>Primeiro Prato:</b> Ensalada clásica (leituga, tomate, cebola) con ovo cocido  <b>Segundo Prato:</b> Arroz con luras  <b>Sobremesa:</b> Froita	<b>Primeiro Prato:</b> Pisto de verduras  <b>Segundo prato:</b> Tenreira asada con espaguetes e cenorias  <b>Sobremesa:</b> Froita
	LUNS 06	MARTES 07	MÉRCORES 08	XOVES 09	VENRES 10
2ª SEMANA	<b>Primeiro Prato:</b> Ensalada rusa  <b>Segundo Prato:</b> Pescada ao forno con patacas  <b>Sobremesa:</b> Froita	<b>Primeiro Prato:</b> Ensalada de tomate, leituga, cebola, queixo fresco e olivas  <b>Segundo Prato:</b> Polo ao forno con arroz e verduras  <b>Sobremesa:</b> Froita	<b>Primeiro Prato:</b> Salpicón de peixe (salmón, mexillóns, pemento, olivas, aceite e vinagre)  <b>Segundo Prato:</b> Tortilla de espinacas e champiñóns  <b>Sobremesa:</b> Froita	<b>Primeiro Prato:</b> Salmorejo (tomate, aceite de oliva, pan e xamón)  <b>Segundo Prato:</b> Ensalada de xoubas e arroz  <b>Sobremesa:</b> logur Natural	<b>Primeiro Prato:</b> Ensalada de remolacha, millo, cenoria e cebola  <b>Segundo prato:</b> Guiso de tenreira con patacas e verduras  <b>Sobremesa:</b> Froita
	LUNS 13	MARTES 14	MÉRCORES 15	XOVES 16	VENRES 17
3ª SEMANA	<b>Primeiro Prato:</b> Tostas de tomate, atún e aceite  <b>Segundo Prato:</b> Bacallau con arroz e verdura  <b>Sobremesa:</b> Froita	<b>Primeiro Prato:</b> Ensalada de tomates con mexillóns  <b>Segundo Prato:</b> Filete de polo á prancha con patacas  <b>Sobremesa:</b> logur Natural	<b>Primeiro Prato:</b> Ensalada de pasta  <b>Segundo Prato:</b> Palometa ao forno con verduras  <b>Sobremesa:</b> Froita	<b>Primeiro Prato:</b> Ovos recheos de bonito  <b>Segundo Prato:</b> Filete de tenreira á prancha con champiñóns  <b>Sobremesa:</b> Froita	<b>NON LECTIVO</b>
	LUNS 20	MARTES 21	MÉRCORES 22	XOVES 23	VENRES 24
4ª SEMANA	<b>Primeiro Prato:</b> Ensalada de remolacha, millo, cenorias e cebola  <b>Segundo Prato:</b> Bacallau ao forno con patacas  <b>Sobremesa:</b> Froita	<b>Primeiro Prato:</b> Ensalada de tomate, leituga, cebola, patacas, millo e olivas  <b>Segundo Prato:</b> Pavo ao forno con macarróns e verduras  <b>Sobremesa:</b> Froita	<b>Primeiro Prato:</b> Pisto de verduras  <b>Segundo Prato:</b> Salmón con arroz e tomate ao forno  <b>Sobremesa:</b> Froita	<b>Primeiro Prato:</b> Puré de cabaza e cabaciña  <b>Segundo Prato:</b> Lasaña de carne picada con tomate  <b>Sobremesa:</b> logur Natural	<b>Primeiro Prato:</b> Crema de allos porros con patacas  <b>Segundo Prato:</b> Carne de tenreira estufada con arroz e verduras  <b>Sobremesa:</b> Froita
	LUNS 27	MARTES 28	MÉRCORES 29	XOVES 30	VENRES 31
5ª SEMANA	<b>Primeiro Prato:</b> Crema de verduras  <b>Segundo Prato:</b> Salmón á prancha con patacas cocidas  <b>Sobremesa:</b> Froita	<b>Primeiro Prato:</b> Melón con xamón  <b>Segundo Prato:</b> Fidueá de polo con verduras  <b>Sobremesa:</b> logur Natural	<b>Primeiro Prato:</b> Ensalada de tomate, leituga, cebola, queixo fresco e olivas  <b>Segundo Prato:</b> Pescada ao forno con patacas e verduras  <b>Sobremesa:</b> Froita	<b>NON LECTIVO</b>	<b>Primeiro Prato:</b> Pisto de verduras  <b>Segundo prato:</b> Tenreira asada con espaguetes e cenorias  <b>Sobremesa:</b> Froita