

MENÚ ESCOLAR OCTUBRO 2020

XOVES 1

- Empanadillas (1)
- Raxo con patacas
- Froita

VENRES 2

- Garavanzos
- Macarróns con carne (1)
- Iogur (5)

LUNS 5

- Lentellas
- Pinchos morunos con gornición
- Froita

MARTES 6

- Pasta con tomate (1)
- Variñas de pescada con gornición (1,3,4)
- Froita

MÉRCORES 7

- Fabada
- Tortilla (3)
- Iogur (5)

XOVES 8

- Chícharos con xamón
- Salchichas con gornición (1)
- Froita

VENRES 9

- Rabas de luras (1,3,4)
- Costela de porco con gornición
- Iogur (5)

LUNS 12

FESTIVO

MARTES 13

- Entremeses (1)
- Luras guisadas (4)
- Iogur (5)

MÉRCORES 14

- Xudías
- Costela de porco con gornición
- Iogur (5)

XOVES 15

- Garavanzos
- Milanesa con gornición (1,3)
- Iogur (5)

VENRES 16

- Sopa (1)
- Guiso de carne con gornición
- Iogur (5)

LUNS 19

- Lentellas
- Pasta carbonara (1,3)
- Iogur (5)

MARTES 20

- Ensalada mixta (7)
- Empanada (1)
- Iogur (5)

MÉRCORES 21

- Croquetas (1,3)
- Albóndigas con gornición (1)
- Iogur (5)

XOVES 22

- Fabada
- Lomo con queixo (5)
- Froita

VENRES 23

- Empanadillas (1)
- Peixe fresco con gornición (4)
- Iogur (5)

LUNS 26

- Sopa (1)
- Peituga á prancha con gornición
- Froita

MARTES 27

- Lentellas
- Arroz con polo
- Froita

MÉRCORES 28

- Flamenquíns (1,3)
- Costela de porco con gornición
- Iogur (5)

XOVES 29

- Xudías
- Peixe fresco con gornición (4)
- Froita

VENRES 30

- Fabada
- Polo asado con gornición
- Iogur (5)

LISTA DOS PRINCIPAIS ALÉRXENOS

GLUTE (1)

CRUSTÁCEOS E MOLUSCOS (2)

OVO (3)

PEIXE (4)

LEITE (5)

FROITOS SECOS (6)

SULFITOS (7)

Notas:

- Todos os pratos acompañados de pan conteñen glute.
- Todos os pratos acompañados de ensalada levan sulfitos procedentes do vinagre.
- O peixe fresco e a froita serviranse dependendo da tempada e das posibilidades do mercado.