

## MENÚ OUTUBRO 2024

No comedor escolar subministranse **verduras e hortalizas de orixe ecolóxico e de proximidade, e peixe fresco de temporada.**

**Semana 41**

| Semana 41       |   | Semana 42        |   |
|-----------------|---|------------------|---|
| <b>Luns 30</b>  |   | <b>Luns 7</b>    | Ensalada mixta<br>Peixe con patacas cocidas<br>Froita.                  |
| <b>Martes 1</b> | Lentellas vexetais<br>Fingers de polo con ensalada de leituga<br>Froita | <b>Martes 8</b>  | Sopa con verduras<br>Zorza de porco con arroz<br>Froita.                |
| <b>Mérc. 2</b>  | Sopa de estrelañas<br>Peixe con ensalada de tomate<br>Froita            | <b>Mérc. 9</b>   | Garabanzos vexetais<br>Peixe con ensalada mixta.<br>Froita.             |
| <b>Xoves 3</b>  | Crema de cabaciña<br>Albóndegas con arroz<br>Froita                     | <b>Xoves 10</b>  | Xudías en allada<br>Arroz con polo, gambas e mexilóns<br>Postre lácteo. |
| <b>Venres 4</b> | Minestra<br>Pasta con atún<br>Postre lácteo                             | <b>Venres 11</b> | Ensaladiña<br>Milanesa de porco con leituga<br>Froita.                  |

**Semana 43**

| Semana 43        |  | Semana 44        |   |
|------------------|--|------------------|---|
| <b>Luns 14</b>   | Paella de vexetais<br>Peixe con ensalada de leituga<br>Froita. | <b>Luns 21</b>   | Xudías con ovo cocido<br>Fideuá de peixe<br>Froita.                         |
| <b>Martes 15</b> | Crema de cenorias<br>Macarróns á boloñesa<br>Froita.           | <b>Martes 22</b> | Sopa de fideos con vexetais<br>Polo con patacas ao forno<br>Froita.         |
| <b>Mérc. 16</b>  | Croquetas de xamón con ensalada<br>Marmitaco.<br>Froita.       | <b>Mérc. 23</b>  | Ensaladiña<br>Peixe con ensalada de leituga<br>Froita                       |
| <b>Xoves 17</b>  | Brocoli<br>Milanesa de polo con pasta tricolor.<br>logur       | <b>Xoves 24</b>  | Chícharos con xamón<br>Macarróns con atún<br>Postre lácteo                  |
| <b>Venres 18</b> | Minestra<br>Raxo con arroz<br>Froita                           | <b>Venres 25</b> | Crema de verduras<br>Tortilla de patacas con ensalada de leituga<br>Froita. |

**Semana 45**

|                    |  |
|--------------------|--|
| <b>Luns 28</b>     | Lentellas vexetais<br>Peixe con ensalada mixta<br>Froita.  |
| <b>Martes 29</b>   | Coliflor<br>Pasta á boloñesa.<br>Froita.                   |
| <b>Mércores 30</b> | Sopa de verduras<br>Xamón asado con arroz<br>Postre lácteo |
| <b>Xoves 31</b>    | <b>DÍA DO ENSINO</b>                                       |

-A froita depende da temporada.

-Tanto a froita como os iogures poderá ser variados segundo as existencias.

-Os menús poderán ser modificados en caso de necesidade do servizo