





































NOVEMBRO 2024

Menús lote 12 – Comedores Ourense

Todas as comidas levan incluído pan (1 vez/semana será integral) (glute ) e auga

LUNS		MARTES		MÉRCORES		XOVES		VERNES	
4	Puré de cabaciña Polo asado con arroz cocido logur 	5	Chícharos salteados Guiso de tenreira Froita de tempada	6	Sopa marabilla Pescada á galega con pataca cocida logur    	7	Puré de verduras Albóndegas con pasta integral Froita de tempada   	8	Fabas estufadas Arroz con bacallau Froita de tempada 
11	Ensalada mixta Pasta boloñesa Flan   	12	Puré de cabaciño Estofado de polo con arroz Froita de tempada	13	Garavanzos estufados Tortilla española Froita de tempada 	14	Brécol refogado Fideos con luras Froita de tempada   	15	Xudías con tomate Salmón á prancha con pataca cocida Queixo fresco 
18	Menestra con ovo cocido Lentellas estufadas con carne Froita de tempada 	19	Ensalada de cores Polo en pepitoria con pataca asada logur   	20	Caldo galego Pasta atún, cebola e cenoria Froita de tempada  	21	Sopa de verduras Bacallau ó forno con pataca cocida logur  	22	Puré de cabaciño Magro de porco con champiñóns e arroz Froita de tempada
25	Puré de verduras Pescada ó forno con pataca cocida Froita de tempada 	26	Ensalada mixta Pavo con tomate e arroz logur 	27	Tosta de atún Fideos á mariñeira Froita de tempada      	28	Garavanzos estufados Tortilla de queixo con rodas de tomate Froita de tempada  	29	Chícharos con xamón Milanesa de polo con patacas fritas Flan 