

MENÚ ALÉRXICO PEIXE - FEBREIRO 2023

		MÉRCORES 1	XOVES 2	VENRES 3
		Primeiro Prato: Menestra de verduras con ovo cocido Segundo Prato: Tenreira con pataca e verduras Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Sopa de picadillo Segundo Prato: Albóndegas de polo con arroz Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Brócoli en allada Segundo Prato: Fideuá de calamares Sobremesa: Froita
LUNS 6	MARTES 7	MÉRCORES 8	XOVES 9	VENRES 10
Primeiro Prato: Estufado de fabas con verduras Segundo Prato: Tortilla de pataca Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Crema de verduras (cenoria e allo porro) Segundo Prato: Guiso de taquiños de tenreira con macarróns Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Coliflor en allada Segundo Prato: Raxo de porco con patacas cocidas Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Chicharos con ovo cocido Segundo Prato: Polo guisado con arroz e verduras Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Pasta con cenoria, millo e aceituna Segundo Prato: Pavo á prancha con ensalada (leituga, tomate e cebola) Sobremesa: logur Natural
LUNS 13	MARTES 14	MÉRCORES 15	XOVES 16	VENRES 17
Primeiro Prato: Tosta de xamón Segundo Prato: Grelos, ovo cocido, patacas e chourizo Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Crema de cabaciña e cabaza Segundo Prato: Polo ao forno con patacas e chicharos Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Caldo de repolo Segundo Prato: Lombo de porco con arroz Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Sopa de verduras Segundo Prato: Fideuá de pavo con verduras Sobremesa: logur Natural	Primeiro Prato: Chicharos con xamón Segundo Prato: Pasta con tenreira picada e tomate Sobremesa: Froita
LUNS 20	MARTES 21	MÉRCORES 22	XOVES 23	VENRES 24
<h1>ENTROIDO</h1>			Primeiro Prato: Lentellas con verduras Segundo Prato: Tortilla paisana Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Menestra de verduras Segundo Prato: Guiso de luras con arroz Sobremesa: Froita
LUNS 27	MARTES 28			
Primeiro Prato: Potaxe de garavanzos con verduras Segundo Prato: Tortilla de pataca Sobremesa: logur Natural	Primeiro Prato: Xudías con chourizo Segundo Prato: Milanesa de polo con pataca Sobremesa: Froita			



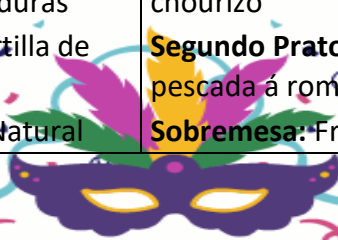
MENÚ CELIACO - FEBREIRO 2023

		MÉRCORES 1	XOVES 2	VENRES 3
		Primeiro Prato: Menestra de verduras con ovo cocido Segundo Prato: Tenreira con pataca e verduras Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Sopa de picadillo Segundo Prato: Albóndegas de polo con arroz Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Brócoli en allada Segundo Prato: Fideuá sen glute de calamares Sobremesa: Froita
LUNS 6	MARTES 7	MÉRCORES 8	XOVES 9	VENRES 10
Primeiro Prato: Estufado de fabas con verduras Segundo Prato: Tortilla de pataca Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Crema de verduras (cenoria e allo porro) Segundo Prato: Guiso de taquiños de tenreira con macarróns sen glute Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Coliflor en allada Segundo Prato: Pescada en salsa verde con patacas cocidas Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Chicharos con ovo cocido Segundo Prato: Polo guisado con arroz e verduras Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Pasta sen glute con cenoria, millo e aceituna Segundo Prato: Palometa á prancha con ensalada (leituga, tomate e cebola) Sobremesa: logur Natural
LUNS 13	MARTES 14	MÉRCORES 15	XOVES 16	VENRES 17
Primeiro Prato: Tosta sen glute de atún Segundo Prato: Grelos, ovo cocido, patacas e chourizo Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Crema de cabaciña e cabaza Segundo Prato: Pescada ao forno con patacas e chicharos Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Caldo de repolo Segundo Prato: Lombo de porco con arroz Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Sopa de verduras Segundo Prato: Fideuá sen glute de pavo con verduras Sobremesa: logur Natural	Primeiro Prato: Chicharos con xamón Segundo Prato: Pasta sen glute con atún e tomate Sobremesa: Froita
LUNS 20	MARTES 21	MÉRCORES 22	XOVES 23	VENRES 24
<h1>ENTROIDO</h1>			Primeiro Prato: Crema de verduras Segundo Prato: Tortilla paisana Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Menestra de verduras Segundo Prato: Guiso de luras con arroz Sobremesa: Froita
LUNS 27	MARTES 28			
Primeiro Prato: Potaxe de garavanzos con verduras Segundo Prato: Tortilla de pataca Sobremesa: logur Natural	Primeiro Prato: Xudías con chourizo Segundo Prato: Filete de pescada con pataca Sobremesa: Froita			



MENÚ EXENTO CARNE DE PORCO E ALÉRXICO MARISCO - FEBREIRO 2023

		MÉRCORES 1	XOVES 2	VENRES 3
		Primeiro Prato: Menestra de verduras con ovo cocido Segundo Prato: Tenreira con pataca e verduras Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Sopa de fideo Segundo Prato: Albóndegas de polo con arroz Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Brócoli en allada Segundo Prato: Fideuá de calamares Sobremesa: Froita
LUNS 6	MARTES 7	MÉRCORES 8	XOVES 9	VENRES 10
Primeiro Prato: Estufado de fabas con verduras Segundo Prato: Tortilla de pataca Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Crema de verduras (cenoria e allo porro) Segundo Prato: Guiso de taquiños de tenreira con macarróns Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Coliflor en allada Segundo Prato: Pescada en salsa verde con patacas cocidas Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Chicharos con ovo cocido Segundo Prato: Polo guisado con arroz e verduras Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Pasta con cenoria, millo e aceituna Segundo Prato: Palometa á prancha con ensalada (leituga, tomate e cebola) Sobremesa: logur Natural
LUNS 13	MARTES 14	MÉRCORES 15	XOVES 16	VENRES 17
Primeiro Prato: Tosta de atún Segundo Prato: Grelos, polo, ovo cocido e patacas Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Crema de cabaciña e cabaza Segundo Prato: Pescada ao forno con patacas e chicharos Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Caldo de repolo Segundo Prato: Milanesa de polo con arroz Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Sopa de verduras Segundo Prato: Fideuá de pavo con verduras Sobremesa: logur Natural	Primeiro Prato: Chicharos con xamón Segundo Prato: Pasta con atún e tomate Sobremesa: Froita
LUNS 20	MARTES 21	MÉRCORES 22	XOVES 23	VENRES 24
<h1>ENTROIDO</h1>			Primeiro Prato: Lentellas con verduras Segundo Prato: Tortilla paisana Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Menestra de verduras Segundo Prato: Guiso de luras con arroz Sobremesa: Froita
LUNS 27	MARTES 28			
Primeiro Prato: Potaxe de garavanzos con verduras Segundo Prato: Tortilla de pataca Sobremesa: logur Natural	Primeiro Prato: Xudías con chourizo Segundo Prato: Filete de pescada á romana con pataca Sobremesa: Froita			



MENÚ INTOLERANTE LACTOSA - FEBREIRO 2023

		MÉRCORES 1	XOVES 2	VENRES 3
		Primeiro Prato: Menestra de verduras con ovo cocido Segundo Prato: Tenreira con pataca e verduras Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Sopa de picadillo Segundo Prato: Albóndegas de polo con arroz Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Brócoli en allada Segundo Prato: Fideuá de calamares Sobremesa: Froita
LUNS 6	MARTES 7	MÉRCORES 8	XOVES 9	VENRES 10
Primeiro Prato: Estufado de fabas con verduras Segundo Prato: Tortilla de pataca Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Crema de verduras (cenoria e allo porro) Segundo Prato: Guiso de taquiños de tenreira con macarróns Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Coliflor en allada Segundo Prato: Pescada en salsa verde con patacas cocidas Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Chicharos con ovo cocido Segundo Prato: Polo guisado con arroz e verduras Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Pasta con cenoria, millo e aceituna Segundo Prato: Palometa á prancha con ensalada (leituga, tomate e cebola) Sobremesa: logur sen lactosa
LUNS 13	MARTES 14	MÉRCORES 15	XOVES 16	VENRES 17
Primeiro Prato: Tosta de atún Segundo Prato: Grelos, ovo cocido, patacas e chourizo Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Crema de cabaciña e cabaza Segundo Prato: Pescada ao forno con patacas e chicharos Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Caldo de repolo Segundo Prato: Lombo de porco con arroz Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Sopa de verduras Segundo Prato: Fideuá de pavo con verduras Sobremesa: logur Natural	Primeiro Prato: Chicharos con xamón Segundo Prato: Pasta con atún e tomate Sobremesa: Froita
LUNS 20	MARTES 21	MÉRCORES 22	XOVES 23	VENRES 24
<h1>ENTROIDO</h1>			Primeiro Prato: Lentellas con verduras Segundo Prato: Tortilla paisana Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Menestra de verduras Segundo Prato: Guiso de luras con arroz Sobremesa: Froita
LUNS 27	MARTES 28			
Primeiro Prato: Potaxe de garavanzos con verduras Segundo Prato: Tortilla de pataca Sobremesa: logur sen lactosa	Primeiro Prato: Xudías con chourizo Segundo Prato: Filete de pescada á romana con pataca Sobremesa: Froita			

