

Menú A. MARISCO E EXENTO DE CARNE maio 2023

LUNS 1	MARTES 2	MÉRCORES 3	XOVES 4	VENRES 5
NON LECTIVO	Primeiro Prato: Menestra de verduras Segundo Prato: Fideuá de calamar Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Ensalada quente de faba con ovo e pemento Segundo Prato: Albóndegas de polo con arroz Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Chicharos con ovo cocido Segundo Prato: Abadeixo ao forno con tomate e pataca Sobremesa: logur	Primeiro Prato: Crema de cenoria Segundo Prato: Milanesa de polo con arroz Sobremesa: Froita
LUNS 8	MARTES 9	MÉRCORES 10	XOVES 11	VENRES 12
Primeiro Prato: Ensalada (leituga, cenoria e millo) Segundo Prato: Pavo ao forno con arroz e verduras Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Salpicón (pescada, ovo, pataca e oliva) Segundo Prato: Tortilla de patacas Sobremesa: logur	Primeiro Prato: Crema de allo porro e pataca Segundo Prato: Muslito de polo con pasta Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Xudías con cenoria Segundo Prato: Pescada en salsa verde con patacas Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Sopa de fideos Segundo Prato: Garavanzos con atún ,arroz, olivas e millo Sobremesa: Froita
LUNS 15	MARTES 16	MÉRCORES 17	XOVES 18	VENRES 19
Primeiro Prato: Brócoli ao allo Segundo Prato: Hamburguesa de salmón con ensalada (leituga e cenoria) Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Ensalada rusa Segundo Prato: Tenreira asada con arroz e verduras Sobremesa: Froita	NON LECTIVO	NON LECTIVO	NON LECTIVO
LUNS 22	MARTES 23	MÉRCORES 24	XOVES 25	VENRES 26
Primeiro Prato: Crema de cabaciña Segundo prato: Paella con polo e xudía Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Chicharos con ovo Segundo Prato: Palometa ao forno con patacas Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Tortilla francesa Segundo Prato: Lentellas estufadas con patacas e verduras Sobremesa: logur	Primeiro Prato: Crema de verduras Segundo Prato: Pescada con arroz, chicharos e cenoria Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Ensalada Caprese (tomate, queixo fresco e oliva) Segundo Prato: Fideuá de polo con verduras Sobremesa: Froita
LUNS 29	MARTES 30	MÉRCORES 31		
Primeiro Prato: Ensalada completa (leituga atún, cenoria e millo) Segundo Prato: Tortilla paisana Sobremesa: logur	Primeiro Prato: Ensalada quente de faba con ovo e pemento morrón Segundo Prato: Pasta boloñesa con tenreira picada e verduras Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Ensalada de pasta de cores Segundo Prato: Pescada á romana con ensalada (leituga, tomate e cebola) Sobremesa: Froita		

Menú ALÉRXICO PEIXE maio 2023

LUNS 1	MARTES 2	MÉRCORES 3	XOVES 4	VENRES 5
NON LECTIVO	Primeiro Prato: Menestra de verduras Segundo Prato: Fideuá de calamar Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Ensalada quente de faba con ovo, xamón cocido e pemento Segundo Prato: Albóndegas de polo con arroz Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Chicharos con xamón Segundo Prato: Filete de porco á prancha con pataca Sobremesa: logur	Primeiro Prato: Crema de cenoria Segundo Prato: Lombo de porco con arroz Sobremesa: Froita
LUNS 8	MARTES 9	MÉRCORES 10	XOVES 11	VENRES 12
Primeiro Prato: Ensalada (leituga, cenoria e millo) Segundo Prato: Pavo ao forno con arroz e verduras Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Salpicón (pataca, pemento, ovo e oliva) Segundo Prato: Tortilla de patacas Sobremesa: logur	Primeiro Prato: Crema de allo porro e pataca Segundo Prato: Muslito de polo con pasta Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Xudías con chourizo Segundo Prato: Tenreira con arroz, chicharos e cenoria Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Sopa de fideos Segundo Prato: Garavanzos con ovo ,arroz, olivas e millo Sobremesa: Froita
LUNS 15	MARTES 16	MÉRCORES 17	XOVES 18	VENRES 19
Primeiro Prato: Brócoli ao allo Segundo Prato: Polo á prancha con ensalada (leituga e cenoria) Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Ensalada rusa Segundo Prato: Tenreira asada con arroz e verduras Sobremesa: Froita	NON LECTIVO	NON LECTIVO	NON LECTIVO
LUNS 22	MARTES 23	MÉRCORES 24	XOVES 25	VENRES 26
Primeiro Prato: Crema de cabaciña Segundo prato: Paella con polo e xudía Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Chicharos con ovo Segundo Prato: Raxo de porco con patacas Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Melón con xamón Segundo Prato: Lentellas estufadas con patacas e verduras Sobremesa: logur	Primeiro Prato: Crema de verduras Segundo Prato: Pavo con arroz, chicharos e cenoria Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Ensalada Caprese (tomate, queixo fresco e oliva) Segundo Prato: Fideuá de polo con verduras Sobremesa: Froita
LUNS 29	MARTES 30	MÉRCORES 31		
Primeiro Prato: Ensalada completa (leituga, ovo, cenoria e millo) Segundo Prato: Tortilla paisana Sobremesa: logur	Primeiro Prato: Ensalada quente de faba con ovo, xamón cocido e pemento morrón Segundo Prato: Pasta boloñesa con tenreira picada e verduras Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Ensalada de pasta de cores Segundo Prato: Milanesa de polo con ensalada (leituga, tomate e cebola) Sobremesa: Froita		

Menú CELIACO maio 2023

LUNS 1	MARTES 2	MÉRCORES 3	XOVES 4	VENRES 5
NON LECTIVO	Primeiro Prato: Menestra de verduras Segundo Prato: Fideuá sen glute de calamar Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Ensalada quente de faba con ovo e pemento Segundo Prato: Albóndegas de polo con arroz Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Chicharos con xamón Segundo Prato: Abadeixo ao forno con tomate e pataca Sobremesa: logur	Primeiro Prato: Crema de cenoria Segundo Prato: Lombo de porco con arroz Sobremesa: Froita
LUNS 8	MARTES 9	MÉRCORES 10	XOVES 11	VENRES 12
Primeiro Prato: Ensalada (leituga, cenoria e millo) Segundo Prato: Pavo ao forno con arroz e verduras Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Salpicón (pescada, ovo, pataca e oliva) Segundo Prato: Tortilla de patacas Sobremesa: logur	Primeiro Prato: Crema de allo porro e pataca Segundo Prato: Muslito de polo con pasta sen glute Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Xudías con chourizo Segundo Prato: Pescada en salsa verde con patacas Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Sopa de fideos sen glute Segundo Prato: Garavanzos con atún ,arroz, olivas e millo Sobremesa: Froita
LUNS 15	MARTES 16	MÉRCORES 17	XOVES 18	VENRES 19
Primeiro Prato: Brócoli ao allo Segundo Prato: Polo á prancha con ensalada (leituga e cenoria) Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Ensalada rusa Segundo Prato: Tenreira asada con arroz e verduras Sobremesa: Froita	NON LECTIVO	NON LECTIVO	NON LECTIVO
LUNS 22	MARTES 23	MÉRCORES 24	XOVES 25	VENRES 26
Primeiro Prato: Crema de cabaciña Segundo prato: Paella con polo e xudía Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Chicharos con ovo Segundo Prato: Palometa ao forno con patacas Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Melón con xamón Segundo Prato: Garavanzos estufados con patacas e verduras Sobremesa: logur	Primeiro Prato: Crema de verduras Segundo Prato: Pescada con arroz, chicharos e cenoria Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Ensalada Caprese (tomate, queixo fresco e oliva) Segundo Prato: Fideuá sen glute de polo con verduras Sobremesa: Froita
LUNS 29	MARTES 30	MÉRCORES 31		
Primeiro Prato: Ensalada completa (leituga atún, cenoria e millo) Segundo Prato: Tortilla paisana Sobremesa: logur	Primeiro Prato: Ensalada quente de faba con ovo e pemento Segundo Prato: Pasta sen glute á boloñesa Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Ensalada de pasta de cores sen glute Segundo Prato: Pescada á romana (ovo e maicena) con ensalada (leituga, tomate e cebola) Sobremesa: Froita		

Menú INTOLERANTE Á LACTOSA maio 2023

LUNS 1	MARTES 2	MÉRCORES 3	XOVES 4	VENRES 5
NON LECTIVO	Primeiro Prato: Menestra de verduras Segundo Prato: Fideuá de calamar Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Ensalada quente de faba con ovo e pemento Segundo Prato: Albóndegas de polo con arroz Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Chicharos con xamón Segundo Prato: Abadeixo ao forno con tomate e pataca Sobremesa: logur sen lactosa	Primeiro Prato: Crema de cenoria Segundo Prato: Lombo de porco con arroz Sobremesa: Froita
LUNS 8	MARTES 9	MÉRCORES 10	XOVES 11	VENRES 12
Primeiro Prato: Ensalada (leituga, cenoria e millo) Segundo Prato: Pavo ao forno con arroz e verduras Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Salpicón (pescada, ovo, pataca e oliva) Segundo Prato: Tortilla de patacas Sobremesa: logur sen lactosa	Primeiro Prato: Crema de allo porro e pataca Segundo Prato: Muslito de polo con pasta Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Xudías con chourizo Segundo Prato: Pescada en salsa verde con patacas Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Sopa de fideos Segundo Prato: Garavanzos con atún ,arroz, olivas e millo Sobremesa: Froita
LUNS 15	MARTES 16	MÉRCORES 17	XOVES 18	VENRES 19
Primeiro Prato: Brócoli ao allo Segundo Prato: Polo á prancha con ensalada (leituga e cenoria) Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Ensalada rusa Segundo Prato: Tenreira asada con arroz e verduras Sobremesa: Froita	NON LECTIVO	NON LECTIVO	NON LECTIVO
LUNS 22	MARTES 23	MÉRCORES 24	XOVES 25	VENRES 26
Primeiro Prato: Crema de cabaciña Segundo prato: Paella con polo e xudía Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Chicharos con ovo Segundo Prato: Palometa ao forno con patacas Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Melón con xamón Segundo Prato: Lentellas estufadas con patacas e verduras Sobremesa: logur sen lactosa	Primeiro Prato: Crema de verduras Segundo Prato: Pescada con arroz, chicharos e cenoria Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Ensalada (tomate, cebola e oliva) Segundo Prato: Fideuá de polo con verduras Sobremesa: Froita
LUNS 29	MARTES 30	MÉRCORES 31		
Primeiro Prato: Ensalada completa (leituga atún, cenoria e millo) Segundo Prato: Tortilla paisana Sobremesa: logur sen lactosa	Primeiro Prato: Ensalada quente de faba con ovo e pemento morrón Segundo Prato: Pasta boloñesa con tenreira picada e verduras Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Ensalada de pasta de cores Segundo Prato: Pescada á romana con ensalada (leituga, tomate e cebola) Sobremesa: Froita		

Menú INTOLERANCIA PROTEÍNA DE LEITE DE VACA maio 2023

LUNS 1	MARTES 2	MÉRCORES 3	XOVES 4	VENRES 5
NON LECTIVO	Primeiro Prato: Menestra de verduras Segundo Prato: Fideuá de calamar Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Ensalada quente de faba con ovo e pemento Segundo Prato: Albóndegas de polo con arroz Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Chicharos con xamón Segundo Prato: Abadeixo ao forno con tomate e pataca Sobremesa: logur de soia	Primeiro Prato: Crema de cenoria Segundo Prato: Lombo de porco con arroz Sobremesa: Froita
LUNS 8	MARTES 9	MÉRCORES 10	XOVES 11	VENRES 12
Primeiro Prato: Ensalada (leituga, cenoria e millo) Segundo Prato: Pavo ao forno con arroz e verduras Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Salpicón (pescada, ovo, pataca e oliva) Segundo Prato: Tortilla de patacas Sobremesa: logur de soia	Primeiro Prato: Crema de allo porro e pataca Segundo Prato: Muslito de polo con pasta Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Xudías con chourizo Segundo Prato: Pescada en salsa verde con patacas Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Sopa de fideos Segundo Prato: Garavanzos con atún ,arroz, olivas e millo Sobremesa: Froita
LUNS 15	MARTES 16	MÉRCORES 17	XOVES 18	VENRES 19
Primeiro Prato: Brócoli ao allo Segundo Prato: Polo á prancha con ensalada (leituga e cenoria) Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Ensalada rusa Segundo Prato: Tenreira asada con arroz e verduras Sobremesa: Froita	NON LECTIVO	NON LECTIVO	NON LECTIVO
LUNS 22	MARTES 23	MÉRCORES 24	XOVES 25	VENRES 26
Primeiro Prato: Crema de cabaciña Segundo prato: Paella con polo e xudía Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Chicharos con ovo Segundo Prato: Palometa ao forno con patacas Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Melón con xamón Segundo Prato: Lentellas estufadas con patacas e verduras Sobremesa: logur de soia	Primeiro Prato: Crema de verduras Segundo Prato: Pescada con arroz, chicharos e cenoria Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Ensalada (tomate, cebola e oliva) Segundo Prato: Fideuá de polo con verduras Sobremesa: Froita
LUNS 29	MARTES 30	MÉRCORES 31		
Primeiro Prato: Ensalada completa (leituga atún, cenoria e millo) Segundo Prato: Tortilla paisana Sobremesa: logur de soia	Primeiro Prato: Ensalada quente de faba con ovo, xamón cocido e pemento morrón Segundo Prato: Pasta boloñesa con tenreira picada e verduras Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Ensalada de pasta de cores Segundo Prato: Pescada á romana con ensalada (leituga, tomate e cebola) Sobremesa: Froita		