

MENÚ CELIACO – SETEMBRO 2023

LUNS 11	MARTES 12	MÉRCORES 13	XOVES 14	VENRES 15
ENSALADA (Leituga, olivas, cenoria e millo)	CREMA DE CABACIÑA, CENORIA E CABAZA	MENESTRA DE VERDURAS CON OVO	FABAS CON VERDURAS	BRÉCOL SALTEADO CON ALLO
GARAVANZOS CON VERDURAS E CHOURIZO	PASTA SEN GLUTE CON SALSA DE TOMATE E PAVO	GUIZO DE POLO CON ARROZ E VERDURAS	PESCADA CON TOMATE E PATACA COCIDA	GUIZO DE TENREIRA CON PATACA E CENORIA
FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA
LUNS 18	MARTES 19	MÉRCORES 20	XOVES 21	VENRES 22
CHICHAROS CON OVO COCIDO	ENSALADILLA	CREMA DE CENORIA E ALLO PORRO	CREMA DE CABAZA E CABACIÑA	XUDÍAS VERDES CON XAMÓN
HAMBURGUESA DE SALMÓN CON ENSALADA (tomate e leituga)	FIDEOS SEN GLUTE CON VERDURAS E POLO	LOMBO DE PORCO CON TOMATE NATURAL E ARROZ	PASTA SEN GLUTE Á BOLOÑESA	GARAVANZOS CON ARROZ, ATÚN E OLIVAS
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA
LUNS 25	MARTES 26	MÉRCORES 27	XOVES 28	VENRES 29
CREMA DE CABAZA, ALLO PORRO, TOMATE E CEBOLA	ENSALADA DE PASTA SEN GLUTE	TOSTA SEN GLUTE DE ATÚN	SOPA DE FIDEOS SEN GLUTE	ENSALADA (leituga, tomate, cebola e cenoria)
PAELLA DE POLO	PESCADA Á GALEGA CON PATACA COCIDA	PAVO CON VERDURAS E PASTA	TENREIRA ASADA CON CHAMPIÑÓNS E ARROZ	GUIZO DE PATACA CON CALAMARES
IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA

MENÚ INTOLERANTE Á LACTOSA SETEMBRO 2023

LUNS 11	MARTES 12	MÉRCORES 13	XOVES 14	VENRES 15
ENSALADA (Leituga, olivas, cenoria e millo) LENTELLAS CON VERDURAS E CHOURIZO FROITA	CREMA DE CABACIÑA, CENORIA E CABAZA PASTA CON SALSA DE TOMATE E PAVO IOGUR SEN LACTOSA	MENESTRA DE VERDURAS CON OVO GUISO DE POLO CON ARROZ E VERDURAS FROITA	FABAS CON VERDURAS PESCADA CON TOMATE E PATACA COCIDA FROITA	BRÉCOL SALTEADO CON ALLO GUISO DE TENREIRA CON PATACA E CENORIA FROITA
LUNS 18	MARTES 19	MÉRCORES 20	XOVES 21	VENRES 22
CHICHAROS CON OVO COCIDO HAMBURGUESA DE SALMÓN CON ENSALADA (tomate e leituga) FROITA	ENSALADILLA FIDEOS CON VERDURAS E POLO FROITA	CREMA DE CENORIA E ALLO PORRO LOMBO DE PORCO CON TOMATE NATURAL E ARROZ FROITA	CREMA DE CABAZA E CABACIÑA PASTA Á BOLOÑESA IOGUR SEN LACTOSA	XUDÍAS VERDES CON XAMÓN GARAVANZOS CON ARROZ, ATÚN E OLIVAS FROITA
LUNS 25	MARTES 26	MÉRCORES 27	XOVES 28	VENRES 29
CREMA DE CABAZA, ALLO PORRO, TOMATE E CEBOLA PAELLA DE POLO IOGUR SEN LACTOSA	ENSALADA DE PASTA PESCADA Á GALEGA CON PATACA COCIDA FROITA	TOSTA DE ATÚN PAVO CON VERDURAS E PASTA FROITA	SOPA DE FIDEOS TENREIRA ASADA CON CHAMPIÑÓNS E ARROZ FROITA	ENSALADA (leituga, tomate, cebola e cenoria) GUISO DE PATACA CON CALAMARES FROITA

INT. PLV, OVO CRU, AMEIXA, CALAMAR, GAMBA E LANGOSTINO

LUNS 11	MARTES 12	MÉRCORES 13	XOVES 14	VENRES 15
ENSALADA (Leituga, olivas, cenoria e millo) LENTELLAS CON VERDURAS E CHOURIZO FROITA	CREMA DE CABACIÑA, CENORIA E CABAZA PASTA CON SALSA DE TOMATE E PAVO IOGUR DE SOIA	MENESTRA DE VERDURAS CON OVO GUISO DE POLO CON ARROZ E VERDURAS FROITA	FABAS CON VERDURAS PESCADA CON TOMATE E PATACA COCIDA FROITA	BRÉCOL SALTEADO CON ALLO GUISO DE TENREIRA CON PATACA E CENORIA FROITA
LUNS 18	MARTES 19	MÉRCORES 20	XOVES 21	VENRES 22
CHICHAROS CON OVO COCIDO HAMBURGUESA DE SALMÓN CON ENSALADA (tomate e leituga) FROITA	ENSALADILLA FIDEOS CON VERDURAS E POLO FROITA	CREMA DE CENORIA E ALLO PORRO LOMBO DE PORCO CON TOMATE NATURAL E ARROZ FROITA	CREMA DE CABAZA E CABACIÑA PASTA Á BOLOÑESA IOGUR DE SOIA	XUDÍAS VERDES CON XAMÓN GARAVANZOS CON ARROZ, ATÚN E OLIVAS FROITA
LUNS 25	MARTES 26	MÉRCORES 27	XOVES 28	VENRES 29
CREMA DE CABAZA, ALLO PORRO, TOMATE E CEBOLA PAELLA DE POLO IOGUR DE SOIA	ENSALADA DE PASTA PESCADA Á GALEGA CON PATACA COCIDA FROITA	TOSTA DE ATÚN PAVO CON VERDURAS E PASTA FROITA	SOPA DE FIDEOS TENREIRA ASADA CON CHAMPIÑÓNS E ARROZ FROITA	ENSALADA (leituga, tomate, cebola e cenoria) MILANESA DE POLO CON PATACAS FROITA

MENÚ INTOLERANTE LEGUMES E CHOURIZO

LUNS 11	MARTES 12	MÉRCORES 13	XOVES 14	VENRES 15
ENSALADA (Leituga, olivas, cenoria e millo)	CREMA DE CABACIÑA, CENORIA E CABAZA	MENESTRA DE VERDURAS CON OVO	SOPA DE FIDEOS	BRÉCOL SALTEADO CON ALLO
PATACAS CON VERDURAS E OVO COCIDO	PASTA CON SALSA DE TOMATE E PAVO	GUISO DE POLO CON ARROZ E VERDURAS	PESCADA CON TOMATE E PATACA COCIDA	GUISO DE TENREIRA CON PATACA E CENORIA
FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA
LUNS 18	MARTES 19	MÉRCORES 20	XOVES 21	VENRES 22
TORTILLA FRANCESA	ENSALADILLA	CREMA DE CENORIA E ALLO PORRO	CREMA DE CABAZA E CABACIÑA	XUDÍAS VERDES CON XAMÓN
HAMBURGUESA DE SALMÓN CON ENSALADA (tomate e leituga)	FIDEOS CON VERDURAS E POLO	LOMBO DE PORCO CON TOMATE NATURAL E ARROZ	PASTA Á BOLOÑESA	GARAVANZOS CON ARROZ, ATÚN E OLIVAS
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA
LUNS 25	MARTES 26	MÉRCORES 27	XOVES 28	VENRES 29
CREMA DE CABAZA, ALLO PORRO, TOMATE E CEBOLA	ENSALADA DE PASTA	TOSTA DE ATÚN	SOPA DE FIDEOS	ENSALADA (leituga, tomate, cebola e cenoria)
PAELLA DE POLO	PESCADA Á GALEGA CON PATACA COCIDA	PAVO CON VERDURAS E PASTA	TENREIRA ASADA CON CHAMPIÑÓNS E ARROZ	GUISO DE PATACA CON CALAMARES
IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA