

MENÚ COMEDOR ESCOLAR MAIO 2.023

	LUNS		MARTES		MÉRCORES		XOVES		VENRES	
	01-mav	Suxerencias de Cea	02-mav	Suxerencias de Cea	03-mav	Suxerencias de Cea	04-mav	Suxerencias de Cea	05-mav	Suxerencias de Cea
1ª Semana			CHÍCHAROS CON XAMÓN	ESCALIBADA	LENTELLAS ESTUFADAS	ESPÁRRAGOS TRIGUEROS	CREMA DE CABAZA	ENSALADA VARIADA	ENSALADA GREGA	VERDURAS ASADAS
			PEITUGA A PRANCHA CON ARROZ	REVOLTO DE ESPINACAS	LOMBO O FORNO CON ENSALADA	REVOLTO DE CHÍCHAROS CON XAMÓN	PESCADA Á ROMANA CON PATACA	HAMBURGUESA DE GARAVANZOS	ESTUFADO DE PAVO CON PASTA	CHIPIRÓNS CON GORNICIÓN DE FABAS Á VINAGRETA
			FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA
	08-mav	Suxerencias de Cea	09-mav	Suxerencias de Cea	10-mav	Suxerencias de Cea	11-mav	Suxerencias de Cea	12-mav	Suxerencias de Cea
2ª Semana	SOPA DE PASTA	PURÉ DE PATACA	CREMA MINISTRONE (DE LEGUMES)	ENSALADA DE LEITUGA E MANGO	ENSALADA ARELAS (CON PASTA)	GRELLADA DE VERDURAS	XUDÍAS CON OVO	ENSALADA VARIADA	ENSALADA MIXTA CON XOUBAS	ENSALADA CAMPERA DE PATACA COCIDA, TOMATE, ESPÁRRAGOS, PEMENTO, CENORIA
	CHULETA Á NAPOLITANA CON ENSALADA	PEIXE AZUL CON TOMATE FRESCO	GUIZO DE CARNE CON VERDURAS	HAMBURGUESA DE LENTELLAS	PEIXE Ó FORNO CON GORNICIÓN DE VERDURAS	SALTEADO DE GARAVANZOS CON ESPECIAS	ZORZA DE POLO CON ARROZ	HAMBURGUESAS DE HABAS CON QUINOA	MACARRÓNS CON BOLOÑESA DE ATÚN	POLO
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
	15-mav	Suxerencias de Cea	16-mav	Suxerencias de Cea	17-mav	Suxerencias de Cea	18-mav	Suxerencias de Cea	19-mav	Suxerencias de Cea
3ª Semana	MINESTRA CON TOMATE	ENSALADA DE LOMBARDA E NOCES MOIDAS	SOPA HORTELANA	ENSALADA CON AGUACATE			ENSALADA TROPICAL	ENSALADA DE TOMATE, AGUACATE E XERMINADOS DE ALLO	FAIXIÑA DE TRIGO RECHEA DE XAMÓN COCIDO E QUEIXO	ENSALADA DE TOMATE
	PESCADA EN SALSA VERDE CON GORNICIÓN	TORTILLA PAISANA	XAMÓN ASADO CON PATACA	HAMBURGUESA DE SOIA			POLO ASADO CON ARROZ	TORTILLA DE PATACA	FIDEUÁ DE PEIXE	FALAFEL
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA			FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA
	22-mav	Suxerencias de Cea	23-mav	Suxerencias de Cea	24-mav	Suxerencias de Cea	25-mav	Suxerencias de Cea	26-mav	Suxerencias de Cea
4ª Semana	CREMA DE CENORIA	ENSALADA DE QUINOA CON DADOS DE TOMATE E AGUACATE	MACARRÓNS GRATINADOS	FERVIDO DE XUDIAS VERDES CON PATACA	FABADA VEXETAL	ENSALADA DE LEITUGA E LARANXA	ENSALADA MIXTA	WOK DE VERDURAS SALTEADAS		
	HAMBURGUESA CON GORNICIÓN E PATACA	CHIPIRÓNS Á PRANCHA	PEIXE REBOZADO CON ENSALADA	CARNE MECHADA EN SALSA DE CENORIA	PEITUGA EN SALSA DE COGUMELOS CON GORNICIÓN	PASTEL DE BACALLAU CON PATACA	SAN XACOBO CASEIRO CON ARROZ	PEIXE CON PATACA		
	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA		
	29-mav	Suxerencias de Cea	30-mav	Suxerencias de Cea	31-mav	Suxerencias de Cea	 Grupo AF Servicios de Hostelería NUTRICIONISTA : ANA ISABEL FDEZ ESCUREDO: N° COLEGIADO: GA:00117			
5ª Semana	LENTELLAS VEXETAIS	ESPÁRRAGOS TRIGUEROS Á PRANCHA	CREMA VEXETAL	ENSALADA VARIADA	ENSALADA MEDITERRÁNEA	SOPA DE VERDURAS				
	LOMBO A PRANCHA CON ENSALADA	TORTILLA DE PATACA	PASTA Á BOLOÑESA	REVOLTO DE OVO	PESCADA A ROMANA CON PATACA E CHÍCHAROS	HAMBURGUESA DE FABAS PINTAS				
	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA				