



gestión de comedores escolares

# MENÚ BASAL



SETEMBRO	DÍA	1º PRATO	2º PRATO	POSTRE	SUXERENCIAS CEA
Xoves	10	Lentellas	Xamón asado con ensalada	Froita	Ensalada mixta/ Tortilla de patacas/ logur
Venres	11	Crema de cabaciña	Arroz marinero	Lácteo	Verduras á prancha/ Pasta c/ tomate/ Froita
Luns	14	Crema de brocoli	Guiso de polo con fideos	Lácteo	Berenxena ó forno/ Peixe forno/ Froita
Martes	15	Menestra de verduras	Pescada á romana con patacas	Froita	Coliflor refogada/Ternera asada/ logurt
Mércores	16	Salpicón	Lomo asado con guarnición	Lácteo	Ensalda/ Rapante con arroz/ Froita
Xoves	17	Ensalada de arroz	Bacallao á rioxana con patacas	Froita	Ensalada de patata, pementos e atún/ logurt
Venres	18	Crema de Xudias	Carne guisada	Lácteo	Ensalada Mixta/ Sandwich de xamón e queixo/ Froita
Luns	21	Crema de porros	Polo guisado con arroz	Lácteo	Pasta con carne e verduras/ Froita
Martes	22	Chícharos con xamon	Buñuelos de bacallau con ensalada	Froita	Ensalada mixta/ Albóndegas c/ patacas/ logur
Mércores	23	Crema de cenoria	Tortilla de patacas con tomate	Lácteo	Puré de cenorias/ Peixe romana c/ ensalada/ Froita
Xoves	24	Pizza	Merluza á mariñeira	Froita	Pisto de verduras c/ ovo escalfado/ logur
Venres	25	Lentellas	San Xacobo con ensalada	Lácteo	Ensalada de tomate e atún
Luns	28	Crema de brócoli	Lasaña	Lácteo	Crema de cabaza/ Carne ó caldeiro/ Froita
Martes	29	Ensalada de tomate e queixo	Fideuá de peixe	Froita	Salteado de espinacas c/ gambas/ Pavo prancha/ logur
Mércores	30	Salpicón	Lomo á prancha con pure	Lácteo	Ensalada de garbanzos/ Froita