



COLEXIO SAN JORGE

SEN GLUTE

XANEIRO

29	30	31	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	1

FEBREIRO

2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	1

1

2

3

4

5

6

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
<ul style="list-style-type: none"> Ensalada completa (5,7) Polo ao forno con patacas Froita, pan sen glute e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Potaxe de fabas con cabaza Fideuá SEN GLUTE San Jorge Froita, pan sen glute e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Repolo con patacas e allada Peixe de lonxa ao forno con ensalada de follas verdes con cenoria (5,9) Froita, pan sen glute e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Crema de coliflor Lombo de porco ao forno con salsa de verduras e arroz cocido Froita, pan sen glute e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Sopa de polo con fideos SEN GLUTE Pisto de verduras con ovos ao forno e pataca cocida (8) logur (7), pan sen glute e auga
<ul style="list-style-type: none"> Arroz cocido con salsa de tomate Peituga de pavo salteada con champiñóns Froita, pan sen glute e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Caldo galego Luras á prancha con ensalada de follas verdes con espárragos (4,5) Froita, pan sen glute e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Potaxe de garavanzos con bacallau (9) Brócoli gratinado con queixo (7) logur (7), pan sen glute e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Ensalada de laranxa (5,7) Pasta SEN GLUTE con ovo cocido e salsa de verduras (8) Froita, pan sen glute e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Crema de cabaza Salmón ao forno con puré de pataca (7,9) Froita, pan sen glute e auga
<ul style="list-style-type: none"> Sopa xuliana Raxo de pavo con patacas ao forno e ensalada de leituga (5) Froita, pan sen glute e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Potaxe de fabas con verduras Pasta SEN GLUTE con salsa de cenoria logur (7), pan sen glute e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Xudías verdes con allada Paella de peixe e marisco (3,4,9) Froita, pan sen glute e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Ensalada Arco da Vella (5) Codillo asado con patacas cocidas Froita, pan sen glute e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Crema de verduras de inverno Tortilla de pataca con ensalada mezclum (5,8) Froita, pan sen glute e auga
<ul style="list-style-type: none"> Chícharos con xamón (5) Bacallau con patacas á galega (9) logur (7), pan sen glute e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Ensalada de garavanzos (5) Polo guisado con verduras e pasta SEN GLUTE Froita, pan sen glute e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Potaxe de fabas con gambas (3) Coliflor con bechamel gratinada Froita, pan sen glute e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Crema de allo porro (7) Arroz á cubana - arroz con salsa de tomate e ovo á prancha (8) Froita, pan sen glute e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Sopa de hortalizas con fideos SEN GLUTE Pescada á prancha con ensalada de leituga, cenoria, millo, pemento asado (5,9) Froita, pan sen glute e auga
<ul style="list-style-type: none"> Pisto de verduras con patacas cocidas Milanesa de polo (6,8) con ensalada de leituga e cenoria (5) Froita, pan sen glute e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Garavanzos con espinacas Pasta SEN GLUTE con salsa de cabaza Froita, pan sen glute e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Caldo galego Salmón á laranxa con ensalada de leituga (5,9) Froita, pan sen glute e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Crema de cenoria Guiso de vitela con patacas Froita, pan sen glute e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Paella de verduras Brócoli con ovo e allada (8) logur (7), pan sen glute e auga
<ul style="list-style-type: none"> Sopa de verduras con fideos SEN GLUTE e garavanzos Guiso de chipiróns con verduras (4) con ensalada con froita de tempada (5) Froita, pan sen glute e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Minestra de verduras Pasta SEN GLUTE con pavo e cogumelos Froita, pan sen glute e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Potaxe de garavanzos con verduras Ensaladilla (8) Froita, pan sen glute e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Crema de verduras de inverno Tortilla de patacas e cebola con ensalada sinxela (5,8) logur (7), pan sen glute e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz 3 verduras Peixe de lonxa en salsa de verde (9) Froita, pan sen glute e auga

ALÉRXENOS DE DECLARACIÓN OBRIGATORIA (Reglamento (UE) nº 1169/2011 del Parlamento Europeo y del Consejo de 25 de octubre de 2011): 1. Cacahuetes, 2. Glute, 3. Crustáceos, 4. Moluscos, 5. Sulfitos, 6. Froitos de cáscara, 7. Leite ou derivados, 8. Ovo, 9. Peixe, 10. Soia, 11. Apio, 12. Sésamo, 13. Mostaza e 14. Altramucos.

Menú supervisado por Natalia Hospido Dietista Nutricionista, Col N° GA00110.



ENSALADA: A listaxe completa de ingredientes pódese ver no dossier informativo.

FROITA DE TEMPADA (como sobremesa e ensaladas):

kiwi, laranxa, pera, plátano mazá, mandarina. Priorizarase o produto que esté en mellor punto de maduración.

VARIEDADE DE PEIXE:

Escollerase en función a dispoñibilidade, procurando combinar o máximo posible, peixe branco e azul.

CALDO GALEGO: Escollerase en función a dispoñibilidade verza, grelo ou repolo.