



COLEXIO SAN JORGE

SEN OVO

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
 ● ⑬ ⑭ ⑮ 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 (2) e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Potaxe de fabas con cabaza Fideuá San Jorge (2) Froita, pan (2) 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 (2) 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 (2) e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Sopa de polo con fideos (2) Pisto de verduras con bonito gratinado e pataca cocida (7,9) logur (7), pan (2) e auga
<ul style="list-style-type: none"> Arroz cocido con salsa de tomate Peituga de pavo salteada con champiñóns Froita, pan (2) e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Caldo galego Luras á romana con ensalada de follas verdes con espárragos (2,4,5) Froita, pan (2) e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Potaxe de garavanzos con bacallau (9) Brócoli gratinado con queixo (7) logur (7), pan (2) e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Ensalada de laranxa (5,7) Pasta con polo e salsa de verduras (2) Froita, pan (2) e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Crema de cabaza Salmón ao forno con puré de pataca (7,9) Froita, pan (2) e auga
<ul style="list-style-type: none"> Sopa xuliana Raxo de pavo con patacas ao forno e ensalada de leituga (5) Froita, pan (2) e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Potaxe de lentellas con verduras Pasta con salsa de cenoria (2) logur (7), pan (2) e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Xudías verdes con allada Paella de peixe e marisco (3,4,9) Froita, pan (2) e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Ensalada Arco da Vella (5) Codillo asado con patacas cocidas Froita, pan (2) e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Crema de verduras de inverno Tortilla de pataca SEN OVO con ensalada mezlum (5) Froita, pan (2) e auga
<ul style="list-style-type: none"> Chícharos con xamón (5) Bacallau con patacas á galega (9) logur (7), pan (2) e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Ensalada de garavanzos (5) Polo guisado con verduras e pasta (2) Froita, pan (2) e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Potaxe de fabas con gambas (3) Coliflor con bechamel gratinada Froita, pan (2) e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Crema de allo porro (7) Arroz con verduras e garavanzos Froita, pan (2) e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Sopa de hortalizas con fideos (2) Pescada á romana con ensalada de leituga, cenoria, millo, pemento asado (2,5,9) Froita, pan (2) e auga
<ul style="list-style-type: none"> Pisto de verduras con patacas cocidas Milanesa de polo SEN OVO (6) con ensalada de leituga e cenoria (5) Froita, pan (2) e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Garavanzos con espinacas Pasta con salsa de cabaza (2) Froita, pan (2) e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Caldo galego Salmón á laranxa con ensalada de leituga (5,9) Froita, pan (2) e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Crema de cenoria Guiso de vitela con patacas Froita, pan (2) e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Paella de verduras Brócoli con allada e pescada á prancha (9) logur (7), pan (2) e auga
<ul style="list-style-type: none"> Sopa de verduras con fideos e garavanzos (2) Guiso de chipiróns con verduras (4) con ensalada con froita de tempada (5) Froita, pan (2) e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Minestra de verduras Pasta con pavo e cogumelos (2) Froita, pan (2) e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Potaxe de lentellas con verduras Ensaladilla SEN OVO Froita, pan (2) e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Crema de verduras de inverno Tortilla de patacas e cebola SEN OVO con ensalada sinxela (5) logur (7), pan (2) e auga 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz 3 verduras Peixe de lonxa en salsa de verde (9) Froita, pan (2) 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. Altramuces.

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:

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

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

