



Menú mes de outubro 2025



Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres
		01 Sopa de Choiva Codillos asados con verduras Plátano A 4.5/0/0	02 Brócoli ao vapor Rape en salsa mariñeira con arroz logurt A 0/9.11/1	03 Lentellas estofadas Tortilla con ensalada Mandarina A 0/5/0
06 Coliflor gratinada Bacallau á galega logurt A 0/9/1	07 Crema de puerros Zanquiños de polo Pera A 0/0/0	08 Caldo de repolo Spaguetis a la crema con atún logurt A 0/4.5/1	09 Sopa minestrone Xamón asado con guarnición Mazá A 0/0/0	10 Xudías cocidas con ovo Salmón prancha con ensalada logurt A 5/9/1
13 Lentellas con espinacas Paella mixta Melocotón natural A 0/0/0	14 Fabada asturiana Lomos de merluza prancha con ensalada logurt A 0/9.11/1	15 Crema de zanahoria Raxo con patacas Plátano A 0/0/0	16 Sopa San Jorge Abadexo con tomate logurt A 4.5/9.11/1	17 Guisantes con xamón Macarróns con polo Melón A 0/4.5/0
20 Vichyssoise Palometa estofada con champiñóns logurt A 0/9.11/1	21 Menestra salteada Fideos á boloñesa Pera A 0/4.5/0	22 Potaxe de garbanzos Varitas de peixe con ensalada logurt A 0/4.5.9.11/1	23 Brócoli á galega Terneira asada con guarnición Mandarina A 0/0/0	24 Ensaladilla rusa Paella de marisco logurt A 3.5.9/3.4.5.7.8.9.11/1
27 Caldo de grelos Chipiróns guisados Mazá A 0/7/0	28 Faba á mariñeira Merluza a prancha con ensalada logurt A 0/9/1	29 Sopa de verduras Carne ó caldeiro Plátano A 0/0/0	30 Crema de cabaza Albóndigas con arroz logurt A 0/3.4.11/1	31 NON LECTIVO A

000 Kcal totais de 3-6 anos

000 Kcal totais de 7-12 anos

BO PROVEITO AOS PEQUENOS

Alérxenos: A 1. Lácteos 2. Cacahuete 3. Soja 4. Gluten 5. Huevo 6. Apio 7. Crustáceos 8. Moluscos 9. Pescado 10. Frutos secos 11. Sulfitos 12. Mostaza 13. Sésamo 14. Altramuces