



Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres
			1 Crema de cabaciña ARROZ Á CUBANA -Arroz integral cocido con salsa de tomate e ovo- (8) Froita, pan integral (2) e auga	2 Pasta integral con salsa de verduras (2) Peixe de lonxa ao forno con ensalada de leituga (5,9) Froita, pan integral (2) e auga
5 Ensalada capresse - tomate, queixo fresco, olivas- (5,7) Potaxe de garavanzos con verduras logur (7), pan integral (2) e auga	6 Paella de verduras Peituga de polo ao limón con ensalada de cenoria e tomate -tomate, cenoria- (5) Froita, pan integral (2) e auga	7 Brócoli con aceite de oliva Lasaña de bonito (2,7,9) Froita, pan integral (2) e auga	8 Coliflor con allada Guiso de tenreira con patacas cocidas Froita, pan integral (2) e auga	9 Crema de cenoria e patacas Revólto de ovo con champiñóns e ensalada con olivas -leituga, espinacas, olivas- (5,8) Froita, pan integral (2) e auga
12 FESTIVO DÍA DO PILAR	13 Minestra de verduras Raxo de pavo e pasta integral con salsa de tomate (2) Froita, pan integral (2) e auga	14 Potaxe de fabas con verduras Ensaladilla rusa (5,8) Froita, pan integral (2) e auga	15 Sopa de polo con fideos integrais (2) Pescada en salsa verde con patacas fritidas con ensalada sinxela - leituga, tomate-(2,5,9) Froita, pan integral (2) e auga	16 Crema de verduras de temporada Paella de peixe e marisco (3,4,9) logur (7), pan integral (2) e auga
19 Garavanzos con espinacas Pasta integral con champiñóns e salsa de tomate (2) Froita, pan integral (2) e auga	20 Crema de cabaza Polo guisado e patacas ao forno con ensalada de cherrys - follas verdes, cherrys, cenoria, millo- (5) logur (7), pan integral (2) e auga	21 Arroz 3 verduras Salmón á prancha con ensalada con froita de tempada -leituga, froita de tempada- (5,9) Froita, pan integral (2) e auga	22 Xudías verdes con patacas Lombo ao forno con salsa de verduras Froita, pan integral (2) e auga	23 Ensalada de tomate, olivas e sardiñas (5,9) Tortilla de patacas e cebola (8) Froita, pan integral (2) e auga
26 Sopa de verduras con fideos integrais e garavanzos (2) Luras á romana con ensalada de tomate e olivas (2,4,5) Froita, pan integral (2) e auga	27 Repolo con allada Polo ao forno con verduras e patacas logur (7), pan integral (2) e auga	28 Ensalada Arco Da Vella - leituga, tomate, lombarda, cenoria, millo- (5) Potaxe de lentellas con verduras e arroz integral Froita, pan integral (2) e	29 Crema de cabaciña ARROZ Á CUBANA -Arroz integral cocido con salsa de tomate e ovo- (8) Froita, pan integral (2) e auga	30 Pasta integral con salsa de verduras (2) Peixe de lonxa ao forno con ensalada de leituga (5,9) Froita, pan integral (2) e auga

Alérxenos de declaración obligatoria (Reglamento (UE) nº 1169/2011 del Parlamento Europeo y del Consejo de 25 de octubre de 2011):

1. Cacahuets 2. Gluten 3. Crustáceos 4. Moluscos 5. Sulfitos 6. Froitos de cáscara 7. Leite ou derivados 8. Ovo 9. Peix 10. Soia 11. Apio 12. Sésamo 13. Mostaza 14. Altramuces

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

Firmado por ***4032** NATALIA FERNANDEZ (R: ****1138*) el día 15/07/2026 con un certificado emitido por AC Representación