



# Menú mes de OUTUBRO 2024



Luns		Martes		Mércores		Xoves		Venres	
		<b>01</b>	Coliflor gratinada PAella mixta Melocotón A 0/9.11/1	<b>02</b>	Caldo repolo Merluza á prancha con ensalada Plátano A 0/9.11/0	<b>03</b>	Sopa Minestrone Carne o caldeiro logurt A 4.5/0/1	<b>04</b>	Lentellas guisadas Fideuá con rape Mandarina A 0/4.5.9/0
<b>07</b>	Chícharos con xamón Arroz con bacallao logurt A 0/9.11/1	<b>08</b>	Crema de calabaza Tortilla española con ensalada Mazá A 0/5/0	<b>09</b>	Sopa de verduras Raxo con patacas logurt A 0/0/1	<b>10</b>	Vichyssoise Codillos asados con guarnición Mandarina A 0/0/0	<b>11</b>	Fabada asturiana Salmón con ensalada logurt A 0/9.11/1
<b>14</b>	Crema de verduras Fideos con polo Plátano A 0/4.5/0	<b>15</b>	Potaxe de garbanzos Varitas de peixe con ensalada logurt A 0/4.5.7.8.9/1	<b>16</b>	Sopa de letras Paletillas asadas Pera A 4.5/0/0	<b>17</b>	Bróccoli Milanesa con ensalada logurt A 0/4.5/1	<b>18</b>	Croquetas e empanadillas Arroz mariñeiro Mandarina A 1.3.4.5.6.7.8.9/3.4.5.7.8.9.11/0
<b>21</b>	Crema de puerros Spaguetti boloñesa logurt A 0/4.5/1	<b>22</b>	Fabas mariñeira Zanquiños de polo con ensalada Plátano A 0/0/1	<b>23</b>	Ensalada de pasta con atún Arroz con verduras e pavo logurt A 4.5.9/0/1	<b>24</b>	Lentellas vexetais Carrilleras asadas con patacas Mazá A 0/0/0	<b>25</b>	Caldo de grelos Palometa estofada logurt A 0/9.11/1
<b>28</b>	Menestra salfeada Albóndigas con arroz logurt A 0/3.6.11/1	<b>29</b>	Potaxe de legumbres Abadexo con ensalada Mandarina A 0/9.11/0	<b>30</b>	Xudías con xamón Macarróns con terneira logurt A 0/4.5/1	<b>31</b>	NON LECTIVO DÍA DO ENSINO 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