

# MENÚ ESCOLAR: OUTUBRO 2023

## CEIP MANUEL RESPINO

Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres
2	3	4	5	6
1º. Sopa de fideos 2º. Polo asado con ensalada <b>Postre:</b> froita	1º. Ensalada de garavanzos 2º. Filete de gaio con arroz <b>Postre:</b> froita	1º. Coliflor en allada 2º. Albóndegas guisadas con tallaríns <b>Postre:</b> froita	1º. Salpicón de pescado 2º. Espaguetis con atún <b>Postre:</b> froita	1º. Espinacas á crema 2º. Totilla de pataca con ensalada <b>Postre:</b> Natillas
9	10	11	12	13
1º. Crema de cabaza 2º. Milanesa con arroz <b>Postre:</b> Froita	1º. Lentellas guisadas 2º. Macarróns con polo <b>Postre:</b> froita	1º. Xudias refogadas 2º. Palometa en salsa con patacas <b>Postre:</b> froita	<b>DÍA DA HISPANIDADE</b>	<b>NON LECTIVO</b>
16	17	18	19	20
1º. Crema de chícharos 2º. Arroz amarelo con polo <b>Postre:</b> froita	1º. Croquetas de xamón 2º. Costelas de porco ao forno con ensalada <b>Postre:</b> froita	1º. Potaxe de garavanzos 2º. Espaguetis carbonara <b>Postre:</b> froita	1º. Arroz tres delicias 2º. Filete de pescada con ensalada <b>Postre:</b> froita	1º. Fabas con verduriñas 2º. Peituga de pavo con patacas fritidas <b>Postre:</b> Iogur
23	24	25	26	27
1º. Caldo 2º. Guiso de carne con macarróns <b>Postre:</b> froita	1º. Empanada de zorza 2º. Chícharos con ovo e xamón <b>Postre:</b> froita	1º. Revolto de cogumelos 2º. Bacalao en salsa con arroz <b>Postre:</b> froita	1º. Crema de calabacín 2º. Espaguetis boloñesa <b>Postre:</b> froita	1º. Minipizzas de berenxena 2º. Guiso de luras con patacas <b>Postre:</b> Petit
30	31			
1º. Sopa de fideos 2º. Filete de pavo con guarnición <b>Postre:</b> froita	1º. Puré de verduras 2º. Salmón ao forno con patacas asadas <b>Postre:</b> froita			