

CEIP WENCESLAO FERNÁNDEZ FLÓREZ
SETEMBRO DO 2023

LUNS	11 Crema de cabaciña Macarróns boloñesa Froita 1-12	18 Brocoli con ovo Pasta con atún Froita 1-3-4	25 Ensalada de arroz Lombo adubado Froita 7
MARTES	12 Lentellas Salmón con verduras Froita 1-3-7	19 Arroz con verduras Carne guisada Froita 12	26 Pasta con queixo Bacallao a vizcaína Froita 1-4-7-12
MÉRCORES	13 Coliflor con xamón Tortilla con tomate Froita 3	20 Patacas bravas Peixe a prancha Iogur ecolóxico 4-7	27 Fabada vexetal Polo Asado con verduras Froita 12
XOVES	14 Ensalada waldorf Arroz con polo Iogur 8-7-12	21 Sopa de polo Filetes rusos con ensalada Froita 1-12	28 Crema de verduras Luras a romana con ensalada Iogur 1-7-12-14
VENRES	15 Crema de alporro Fideuá de marisco Iogur ecolóxico 1-2-7-14	22 Ensalada de pasta Pescada a romana Iogur 1-3-4-7	29 Ensaladiña rusa Xamón asado en salsa Xeado 1-3-4-7

Lista de alérxenos alimentarios

1-Glute 2-Crustáceos 3-Ovo 4-Peixe 5-Cacahuete 6-Soia 7-Leite
8-Froitos de casca 9-Apio 10-Mostaza 11-Sésamo 12-Sulfitos 13-Tremoceiro 14-Moluscos

CEIP WENCESLAO FERNÁNDEZ FLÓREZ
OUTUBRO DO 2023

LUNS	2 Ensalada con atún Fideua de polo Iogur eco 1-4-7-12	9 Crema de cenoria Guiso de chipiróns Iogur eco 7-12-14	16 Lentellas Arroz 3 delicias Froita 2-3	23 Xudias con chourizo Pasta con atún Froita 1-4	30 Acelgas con xamón Polo asado con amendoas Iogur 7-8
MARTES	3 Pasta carbonara Peixe sapo en salsa Froita 1-4-7-12	10 Chícharos con ovo Macarróns con chourizo Froita 1-3-12	17 Sopa xuliana Tortilla con tomate Froita 3	24 Brocoli con ovo Pescada con ameixas Iogur 4-7-12-14	31 Crema de verduras Lacón a feira Iogur eco 7
MÉRCORES	4 Espinacas con atún Raxo con patacas Froita 4-12	11 Coliflor con xamón Salmón ao forno Iogur 4-7	18 Ensalada César Fabada asturiana Iogur 1-7	25 Caldo galego Hamburguesa con ensalada Froita 1	
XOVES	5 Lentellas Polbo a feira Tellas de amendoa 1-3-14	12 FESTIVO	19 Patacas bravas San Martiño con gambas Froita 2-4	26 Crema de cabaza Canelóns de carne Froita 1-3-7-12	
VENRES	6 Ensalada de garavanzos Arroz a cubana Froita 3	13	20 Empanada de atún Zorza con ensalada Iogur 1-3-4-7	27 Ensalada variada Callos con garavanzos Iogur Eco 4-7	

Lista de alérxenos alimentarios

1-Glute 2-Crustáceos 3-Ovo 4-Peixe 5-Cacahuete 6-Soia 7-Leite
8-Froitos de casca 9-Apio 10-Mostaza 11-Sésamo 12-Sulfitos 13-Tremoceiro 14-Moluscos

CEIP WENCESLAO FERNÁNDEZ FLÓREZ
NOVEMBRO DO 2023

LUNS		6 Minestra con ovo Salmón en salsa Iogur eco 3-4-7	13 Arroz con cogomelos Pescada o forno Iogur 4-7-12	20 Revolto de espinacas con xamón Paella de marisco Iogur 2-3-4-7-12-14	27 Noquis napolitana Lombo adubado con ensalada Froita 1-3-7-12
MARTES		7 Fabas con ameixas Macarróns boloñesa Froita 1-12-14	14 Crema de caldo Tortilla de pataca Iogur 3-7	21 Repolo con allada Lombo de porco asado cogomelos Froita 3-12	28 Lentellas Peixe en salsa Iogur 4-7-12
MÉRCORES	1 FESTIVO	8 Consomé de alloporro Berenxenas recheas Froita 7-12	15 Brocoli con atún Entrecosto de porco Froita 4-12	22 Crema de cabaciña Albóndegas en salsa Froita 1-12	29 Crema de verduriñas Guiso de carne Froita 12
XOVES	2 Arroz tres delicias Xuliana en salsa Iogur 1-6-7-12	9 Ensalada morna de pataca Pescada a romana Froita 1-3-4-7	16 Tallaríns con verduriñas Guiso de bacallau Iogur 2-3-4-7-12	23 Garavanzos con touciño Luras a romana con ensalada de tomate Froita 1-14	30 Fabas con ameixas Macarróns boloñesa Froita 1-12-14
VENRES	3 Ensalada de pasta Filete de pavo a prancha Froita 1-3-7	10 Sopa de verduriñas Carne asada con patacas Iogur 1-7-12	17 Potaxe de garavanzos San Xacobe c/ensalada Froita 1-3-7	24 Empanada de carne Marraxo salteado ensalada Froita 1-3-4-12	

Lista de alérxenos alimentarios

1-Glute 2-Crustáceos 3-Ovo 4-Peixe 5-Cacahuete 6-Soia 7-Leite
8-Froitos de casca 9-Apio 10-Mostaza 11-Sésamo 12-Sulfitos 13-Tremoceiro 14-Moluscos

CEIP WENCESLAO FERNÁNDEZ FLÓREZ
DECEMBRO DO 2023

LUNS		4 Pasta con verduras Bacallau a vizcaina Iogur 1-4-7	11 Espinacas con chourizo Pescada a romana con gornición Iogur 1-3-4-7	18 Crema de verduras Marmitako de atún Iogur 4-7-12
MARTES		5 Chícharos con ovo Milanesa de polo con ensalada Iogur eco 1-3-7	12 Menestra con ovo e xamón Tiras de polo con ensalada Froita 3-12	19 Minestra con ovo Paella de carne Iogur 3-12
MÉRCORES		6 FESTIVO	13 Sopa de peixe Costelas asadas Iogur 1-2-3-4-7-14	20 Cóctel de marisco Carne asada con patacas Polvoróns 2-3-4-6-7-8-11-12
XOVES		7 DÍA DO ENSINO	14 Tortilla paisana Peixe en caldeirada Iogur 3-4-7-12	21 Lagostinos a prancha Pan-Pizza Doces de Nadal 1-2-3-5-7-8-11-12
VENRES	1 Xudias con atún Filete de polo empanado Iogur 1-4-7	8 FESTIVO	15 Crema de caldo Albóndegas en salsa Froita 1-12	VACACIÓNS DE NADAL

Lista de alérxenos alimentarios

1-Glute 2-Crustáceos 3-Ovo 4-Peixe 5-Cacahuete 6-Soia 7-Leite