



# MENÚ DO COLEXIO - CURSO 2022/23

## 1º. MENÚ

LUNS	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Xudías con patacas.</li><li>➤ Emparedados con ensalada.</li></ul>
MARTES	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Crema de cenoria.</li><li>➤ Tortilla de patacas con salsa de tomate.</li></ul>
MÉRCORES	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Lentellas con chourizo.</li><li>➤ Filete de polo con patatillas/ Ensalada</li></ul>
XOVES	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Pasta boloñesa.</li><li>➤ Peixe con ensalada.</li></ul>
VENRES	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Sopa de pasta..</li><li>➤ Empanadiñas de bonito .</li></ul>

## 2º. MENÚ

LUNS	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Sopa.</li><li>➤ Guiso de carne con patacas.</li></ul>
MARTES	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Crema de cabaciña.</li><li>➤ Milanesa con ensalada.</li></ul>
MÉRCORES	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Caldo galego.</li><li>➤ Tortilla española con salsa de tomate.</li></ul>
XOVES	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Fabada.</li><li>➤ Pizza de xamón e queixo.</li></ul>
VENRES	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Crema de calabacín.</li><li>➤ Peixe ó forno.</li></ul>

## 3º. MENÚ

LUNS	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Brecol con patacas.</li><li>➤ Emparedados con ensalada.</li></ul>
MARTES	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Pasta con carne e tomate.</li><li>➤ Peixe con ensalada.</li></ul>
MÉRCORES	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Sopa de verduras.</li><li>➤ Lomo asado con patacas fritas.</li></ul>
XOVES	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Lentellas tradicionais.</li><li>➤ Empanadiñas de bonito.</li></ul>
VENRES	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Sopa de letras.</li><li>➤ Albóndegas con pure.</li></ul>

## 4º. MENÚ

LUNS	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Arroz con carne .</li><li>➤ Croquetas con ensalada.</li></ul>
MARTES	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Sopa .</li><li>➤ Polo asado con patacas frita.</li></ul>
MÉRCORES	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Espaguetes boloñesa.</li><li>➤ Filete de peixe con ensalada/ patatillas.</li></ul>
XOVES	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Potaxe de garbanzos.</li><li>➤ Empanada de xamón e queixo.</li></ul>
VENRES	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Crema de calabacín.</li><li>➤ Tortilla de patacas con salsa de tomate.</li></ul>

## 5. MENÚ

LUNS	➤ Xudías con patacas e salsa de tomate. ➤ Escalope de polo con ensalada.
MARTES	➤ Lentellas con chourizo. ➤ Empanadiñas de bonito.
MÉRCORES	➤ Ensaladiña rusa. ➤ Filete de peixe con ensalada.
XOVES	➤ Sopa. ➤ Albóndegas con arroz.
VENRES	➤ Crema de verduras. ➤ Ovos fritos con patacas fritidas.

## 6. MENÚ

LUNS	➤ Ensalada de pasta. ➤ Croquetas con patatillas.
MARTES	➤ Brecol con patacas. ➤ Milanesa con ensalada.
MÉRCORES	➤ Fabas estofadas. ➤ Empanadiñas de carne..
XOVES	➤ Pasta con carne. ➤ Merluza á romana con ensalada.
VENRES	➤ Lentellas con chourizo. ➤ Ovos recheos con salsa de tomate e picatostes.

## POSTRES

O postre combinaráse de acordo có menú de cada día.

- ▶ Natillas.
- ▶ Iogur: Natural, ou de sabores.
- ▶ "Petit-suisse".
- ▶ Bebibles.
- ▶ "Sobaos".
- ▶ Froita. (Dous días á semana)
- ▶ Queixo e doce de marmelo.
- ▶ Xeadado.
- ▶ Melocotón en "almibar".
- ▶ Macedonia de frutas.

✚ O día que o postre sexa froita teñen que tomala todos os/as nenos/as.

## NOTAS

**En época de mais calor, adaptaranse os menús.**

**Para todos os alumnos de E. Infantil:**

Tortilla francesa, aos que queiran, en vez de ovo frito.

**Todos os que queiran poden tomar leite nas comidas.**