

**MENÚ DO 1 AO 7 DE DECEMBRO 2025**

	<b>DOMINGO</b>	<b>LUNS</b>	<b>MARTES</b>	<b>MERCORES</b>	<b>XOVES</b>	<b>VENRES</b>
<b>A L M O R Z O</b>		CAFÉ CON LEITE (2) OU CACAO (1)  PAN (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12) CON MANTEIGA (2) E MARMELADA OU BOLACHAS (1, 2, 9, 10 e 14) FIAMBRE (2, 10 e 14)  FROITA	CAFÉ CON LEITE (2) OU CACAO (1) OU IOGUR (2)  PAN (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12) CON MANTEIGA (2) E MARMELADA OU BOLACHAS (1, 2, 9, 10 e 14) FIAMBRE (2, 10 e 14)  FROITA	CAFÉ CON LEITE (2) OU CACAO (1)  PAN (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12) CON MANTEIGA (2) E MARMELADA FIAMBRE (2, 10 e 14)  FROITA	CAFÉ CON LEITE (2) OU CACAO (1) OU IOGUR (2) PAN (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12) CON MANTEIGA (2) E MARMELADA OU BOLACHAS (1, 2, 9, 10 e 14) OU CEREAIS (1) FIAMBRE (2, 10 e 14)  ZUME OU FROITA	CAFÉ CON LEITE (2) OU CACAO (1) PAN (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12) CON MANTEIGA (2) E MARMELADA OU BOLACHAS (1, 2, 9, 10 e 14) OU CEREAIS (1) FIAMBRE (2, 10 e 14)  ZUME OU FROITA
<b>X A N T A R</b>		CREMA DE CABAZA  CARNE GUISADA CON VERDURAS  IOGUR (2) OU FROITA	ESPIRAIS Á NAPOLITANA (1, 3, 10 3 12)  LOMBO Á PRANCHA CON PATACAS FRITAS  IOGUR (2) OU FROITA	CALDO DE XUDÍAS POLO AO ALLIÑO CON COUS COUS DE VERDURAS (1,3, 10 e 12)  IOGUR (2) OU FROITA	PISTO DE VERDURAS HAMBURGUESA MIXTA Á PRANCHA CON QUEIXO E PATACAS PANADEIRA (2)  IOGUR (2) OU FROITA	SOPA DE AVE (1, 3, 10 e 12) RAGOUT DE TENREIRA ASADA CON PATACAS ASADAS (14)  IOGUR (2) OU FROITA
<b>M E R E N D A</b>		BOCADILLO DE CHOURIZO (1, 2, 3, 7, 9, 10, 12 e 14) OU FROITA	BOCADILLO DE XAMÓN COCIDO (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12) OU FROITA	BOCADILLO DE SALCHICHÓN (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12) OU FROITA	BOCADILLO DE QUEIXO (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12) OU FROITA	
<b>C E A</b>		CHÍCHAROS SALTEADOS  SALMÓN Á SIDRA CON ENSALADA (4, 5, 6 e 14) IOGUR (2) OU FROITA	SOPA DE FIDEOS (1, 3, 10 e 12) FILETE DE POLO Á PRANCHA CON ENSALADA (14) IOGUR (2) OU FROITA	ARROZ TRES DELICIAS (6) XARDA EN SALSA DE TOMATE CON PATACAS (4, 5 e 6) IOGUR (2) OU FROITA	CREMA DE VERDURAS  OVOS Á PRANCHA CON ARROZ E TOMATE (3) IOGUR (2) OU FROITA	

1 GLUTEN  
2 LECHE  
3 HUEVO  
4 PESCADO  
5 MOLUSCOS  
6 CRUSTACEOS  
7 FRUTOS CASCARA

8 CACAHUETE  
9 SESAMO  
10 SOJA  
11 ALTRAMUCES  
12 MOSTAZA  
13 APIO  
14 OXIDO DE AZUFRE/SULFITOS

**Revisado:** Marien Rodiño Fariña. Técnico Superior en Dietética y Nutrición. DNI 35472376 M

