CRD Ourense

XUNTA DE GALICIA | CENTRO RESIDENCIAL DOCENTE DE OURENSE

MENU DO 8 AO 13 DE NOVEMBRO DE 2026

	DOMINGO	LUNS	MARTES	MERCORES	XOVES	VENRES
ALMORZO		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) 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 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 FIAMBRE (2, 10 e 14) ZUME OU FROITA
XANTAR		BUFFET DE ENSALADAS (14) ARROZ INTEGRAL SALTEADO CON CHAMPIÑÓNS E BACON SOPA DE FIDEOS (1, 3, 10 e 12) POLO AO LIMÓN CAELLA Á PRANCHA (4, 5 e 6) PATACAS FRITAS SALTEADO CAMPESTRE IOGUR (2) OU FROITA	BUFFET DE ENSALADAS (14) ACELGAS ESPARRADAS CON OVO (3) LENTELLAS CON VERDURAS (1) XARDA Á PRANCHA (4, 5 e 6) ESCALOPE (1 e 3) COUS COUS (1, 3, 10 e 12) CHAMPIÑONS SALTEADOS IOGUR (2) OU FROITA		BUFFET DE ENSALADAS (14) PISTO MANCHEGO FABAS BRANCAS ESTUFADAS PALOMETA EN SALSA AMERICANA (4, 5 e 6) COSTELA DE PORCO ASADA (14) PATACAS COCIDAS VERDURAS SALTEADAS IOGUR (2) OU FROITA	BUFFET DE ENSALADAS (14) ESPIRAIS A NAPOLITANA (1, 3, 10 e 12) PATACAS CHEESE BACON (2 e 3) POLO ASADO LIMANDA Á ROMANA (1, 3, 4, 5 e 6) MINESTRA CON ALLADA PATACAS PANADEIRA IOGUR (2) OU FROITA
MERENDA		BOCADILLO DE QUEIXO (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12) OU FROITA			BOCADILLO DE NOCILLA (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12) OU FROITA	
CEA	SOPA MINESTRONE CON FIDEOS (1, 3, 10, 12 e 13) CREMA DE VERDURAS HAMBURGUESA COMPLETA (1, 2, 3, 7, 9, 10, 12 e 14) FILETE DE PESCADA Á PRANCHA (4, 5 e 6) PATACAS FRITAS ENSALADA (14) IOGUR (2) OU FROITA	PASTA AO GRATÉN (1, 2, 3, 10 e 12) PEMENTOS DO PIQUILLO RECHEOS (1, 2, 3, 4, 5, 6, 10 e 12) TORTILLA DE CABACIÑA (3) CALAMARES ENCEBOLADOS (4, 5, 6 e 14) TOMATE ASADO ENSALADA (14) IOGUR (2) OU FROITA		ARROZ CON VERDURAS PEITUGA Á PRANCHA BACALLAU EN SALSA DE TOMATE (4, 5 e 6) CHÍCHAROS SALTEADOS ENSALADA (14) IOGUR (2) OU FROITA	SOPA XULIANA CON PASTA (1, 3, 10 e 12) CREMA DE CABACIÑA GALLO SAN PEDRO Á PRANCHA (4, 5 e 6) REVOLTO DE PIQUILLOS E XAMÓN (3) ENSALADA DE GARAVANZOS (14) ESPAGUETES CON VERDURAS (1, 3, 10 e 12) 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