

LUNS

MARTES

MÉRCORES

XOVES

VENRES

1

SALPICÓN (SALMÓN, MEXILLÓNS E PATACAS)
TORTILLA DE ESPINACAS E CHAMPIÑÓNS
IOGUR NATURAL

2

PURÉ DE CABAZA E CABACIÑA
TERNERA EN SALSA
FROITA

3

PISTO DE VERDURAS
PESCADA CON PATACAS E TOMATE AO FORNO
FROITA

4

SOPA JULIANA CON FIDEOS
ENSALADA DE GARAVANZOS, SARDIÑA E ARROZ
FROITA

7

ENSALADILLA RUSA
SALMÓN Á PRANCHA
ENSALADA DE LEITUGA, CEBOLA E TOMATE
FROITA

8

BRÓCOLI AO ALLO
TERNERA ASADA
ARROZ E VERDURAS
FROITA

9

ENSALADA DE PASTA DE CORES
PESCADA A ROMANA
ENSALADA (REMOLACHA, MILLO, CENORIA E CEBOLA)
FROITA

10

OVOS RECHEOS DE BONITO
ENSALADA DE FABAS CON TOMATE E QUEIXO FRESCO
FROITA

11

CREMA FRÍA DE ALLOS PORROS E PATACAS
COELLO ASADO
ESPAGUETIS SALTEADOS
IOGUR NATURAL

14

ENSALADA DE TOMATE E MEXILLÓNS
FIDEUA DE POLO CON VERDURAS
FROITA

15

CREMA DE VERDURAS
BACALLAU O FORNO
ARROZ, CHÍCHAROS E CENORIA
FROITA

16

MELON CON XAMON
LENTELLAS ESTOFADAS CON PATACAS E VERDURAS
IOGUR NATURAL

17

XUDÍAS VERDES CON SALSA DE TOMATE
PALOMETA E PATACAS A FORNO
ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E CEBOLA
FROITA

18

ENSALADA DE LEITUGA E CEBOLA
OVOS ESCALFADOS CON ARROZ, CHÍCHAROS E SALSA DE TOMATE
FROITA

21

SALMOREJO
TORTILLA PAISANA
ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E CEBOLA
FROITA

22

ENSALADA DE REMOLACHA, MILLO, CENORIA E CEBOLA
ESPAGUETIS CON TACOS DE TENREIRA E VERDURAS
FROITA

NOTAS: Non utilizar ingredientes que conteñan o alérgeno non tolerado (ler a etiquetaxe) e evitar a contaminación cruzada con este durante o proceso..



Dámosche a benvida ao
noSo comedor
eScolar Seguro!

Comeza
cun bo
ALMORZO



Pan, cereais
ou derivados



Leite ou
derivados

Froita fresca
e hortalizas



OS GARDIANS DA SAÚDE



1

Estamos preparados para garantir
a seguridade dos nenos e nenas na
aula-comedor.



Se Comemos:

Cereais, féculas ou
legumes
Verduras
Carne
Pescado
Ovo
Froita
Lácteos

Podemos cear:

Hortalizas crúas ou
legumes cocidos
Cereais ou féculas
Peixe ou ovo
Carne magra ou ovo
Pescado ou carne magra
Lácteos ou froita
Froita

2

Desenvolvemos e implantamos os nosos
Protocolos de Seguridade e Prevención,
verificados por Bureau
• Veritas Certification.



BUREAU
VERITAS

3

O benestar de todas as familias
é a nosa prioridade.

Notas:

Empresa adherida ao PLAN de colaboración para a mellora da composición dos alimentos e bebidas e outras medidas 2020.
En caso de alerxias ou intolerancias procurar manter unha boa alimentación substituíndo os alimentos non tolerados por outros dentro da mesma familia. A nosa empresa somete a conxelación o peixe que vaia ser consumido cru ou pouco feito segundo establece o RD 1420/2006. Segundo o establecido no RE 1169 /2011, a coxina dispón de información sobre o contido de alérxenos nos menús elaborados.

Scolarest