



	LUNS 4 Sopa de verduras e fideos Ovos recheos con brócoli e pataca Laranxa	LUNS 11 Crema de cenoria Ovos ó prato con patacas Plátano	LUNS 18 Pasta con salsa de cenoria Brócoli salteado con chourizo Iogur	Vacacións de Semana Santa
	MARTES 5 Crema de cabaza Guiso de carne con patacas e cenoria Iogur	MARTES 12 Fabada vexetal Arroz con polo e verduras Pera	MARTES 19 Crema de porro Empanada de atún con ensalada de escarola e mazá Plátano	
	MÉRCORES 6 Ensalada de pasta con vexetais Potaxe de garavanzos Plátano	MÉRCORES 13 Ensalada de espinacas, laranxa, queixo e pistachos Peixe con pataca cocida e cenoria Mandarina	MÉRCORES 20 Ensalada de leituga, espinacas, granada e mazá Migas de bacallau con arroz e verduras Pera	
	XOVES 7 Coliflor gratinada con queixo Fideos con mexillóns Mazá	XOVES 14 Coliflor con allada Filete de tenreira con ensalada de pasta e vexetais Natillas de chocolate	XOVES 21 Caldo de repolo e garavanzos Tortilla de espinacas con salsa de remolacha Mazá	
VENRES 1 Crema de porro e cenoria Milanesa de porco con puré de pataca e remolacha Mazá	VENRES 8 Acelgas con patacas Peixe con arroz e verduras Kiwi	VENRES 15 Crema de grelos con garavanzos Tortilla de patacas con salsa de cenoria e remolacha Mazá	VENRES 22 Ensalada de arroz Lentellas vexetais Amorodos con iogur	

	MANUAL DE RECURSOS		
Menú mensual: Marzo 2024	MDPQ060106		
	Rev. 4	Data: 26/02/14	Páx. 1 de 1

 Cada menú sírvese acompañado de auga embotellada e pan (chapata).



 As ensaladas aderézanse con aceite de oliva virxe extra.

 Para cociñar utilízase aceite de oliva.

 O sal utilizado en calquera preparación é iodado.



Para os casos de celiaquía servírase o mesmo menú cambiando os produtos que levan gluten por outros que non o conteñan.



Para os casos de intolerancia á fructosa, non se servirán froitas de sobremesa nin as verduras indicadas polo médico especialista.



Para os casos de intolerancia á lactosa servíranse produtos lácteos sen lactosa.