

MENÚ ESCOLAR DO MES DE MARZO DE 2010

C.E.I.P. ROSALÍA DE CASTRO.- XINZO DE LIMIA

<i>Luns 1</i>	<i>Martes 2</i>	<i>Mércores 3</i>	<i>Xoves 4</i>	<i>Venres 5</i>
Ensalada de atún e cangrexo. Arroz con chipiróns. Mazá.	Fabas brancas con costela. Filete de tenreira con xudías verdes. Mandarina.	Ensalada César. Cordeiro estofado con patacas. Plátano.	Entremeses. Peituga de polo con refogado de guisantes, cenouras e champiñós. Iogur.	Ensalada de pasta. Merluza á cazola. Piña.
<i>Luns 8</i>	<i>Martes 9</i>	<i>Mércores 10</i>	<i>Xoves 11</i>	<i>Venres 12</i>
Crema de xudías, cenoura e pataca. Lenguado con gambas e puré de pataca. Pera.	Arroz tres delicias Filete de bacallao ó forno con ensalada de tomate. Plátano.	Garavanzos xardineira . Tallaríns con sepia. Kiwi.	Brécol con patacas. Tortilla de pataca con ensalada. Queixo con marmelo.	Ensalada de sardiñas, queixo e pataca. Xamón asado con guisantes e cenouras. Mazá
<i>Luns 15</i>	<i>Martes 16</i>	<i>Mércores 17</i>	<i>Xoves 18</i>	<i>Venres 19</i>
Ensalada tropical. Patacas con sepia. Postre lácteo.	Sopa de verdura con talos de brécol Hamburguesa de polo en salsa de tomate. Natillas.	Crema de lentellas con espinacas. Pizza vexetal e ensalada de tomate e millo. Kiwi.	Macarróns con brécol e salsa bechamel. Merluza con guarnición. Pera.	Empanada de bonito. Xudías con tomate e ovo cocido. Mandarina.
<i>Luns 22</i>	<i>Martes 23</i>	<i>Mércores 24</i>	<i>Xoves 25</i>	<i>Venres 26</i>
Arroz cremoso. Carne mechada con xudías verdes e cenouras. Pésegos.	Sopa de arroz con rape. Arroz con chipiróns. Iogur con cachos de pera, plátano e nozes	Ensaladilla rusa. Arroz con coello. Mazá.	Crema de fabas brancas. Merluza en salsa verde con patada cocida. Mandarina.	Crema lixeira de verduras. Escalopede temeracon ensalada de tomate y millo. Postre lácteo.

Pan, auga e leite .Os menús poden sufrir algunha variación.

