

Cía DE MARÍA (Santiago) - Menú SETEMBRO

curso 2025-2026

"Por circunstancias excepcionales, el presente menú podría verse variado de manera ocasional y siempre pensando en el buen funcionamiento del servicio de comedor."

* Menú supervisado por nutricionistas

	Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres
Sem.1	8-sept	9-sept	10-sept	11-sept	12-sept
	Brécol con allada	Arroz con verduras	Ensalada campesina 7, 14 (garavanzos, taquínos de tomate, queixo e olivas)	Ensalada mixta 3, 4, 14 (leituga, tomate, cenoria, ovo e atún)	Lentillas vexetais 1
	Lombo tenro no seu xugo con patacas fritidas 14	Tortilla española con ensalada (tomate, queixo e albahaca) 3, 14	Pescada á prancha con patacas cocidas 4	Macarróns INTEGRAIS á boloñesa 1, 3, 6, 12	Croquetas caseiras de peixe con ensalada (leituga e cebola) 1, 3, 4, 7, 14
	Froita	Froita	logur 7	Froita	Froita
	Pan 1, 6, 12, 13	Pan 1, 6, 12, 13	Pan 1, 6, 12, 13	Pan 1, 6, 12, 13	Pan 1, 6, 12, 13
Sem.2	15-sept	16-sept	17-sept	18-sept	19-sept
	Ensalada de tomate, queso y aceitunas 7	Xudías con tomate e ovo cocido 3	Ensaladilla rusa 3, 4, 14	Ensalada de pasta 1, 3, 4, 6, 12, 14 (laciños vexetais, tomate, millo, atún e cenoria)	Alubias vexetais
	Alitas de polo con patacas asadas 14	Empanada caseira de atún con ensalada (leituga e cebola) 1, 3, 4, 6, 12, 14	Sanxacobe caseiro con ensalada (leituga e tomate) 1, 3, 6, 7, 12, 13	Pescada á romana con ensalada (leituga e tomate) 1, 3, 4, 6, 12, 14	Pizza artesá de tomate, xsmón e mozzarella con ensalada 1, 6, 7, 12, 14
	Froita	Froita	Froita	Froita	Xeado 7
	Pan 1, 6, 12, 13	Pan 1, 6, 12, 13	Pan 1, 6, 12, 13	Pan 1, 6, 12, 13	Pan 1, 6, 12, 13
Sem.3	22-sept	23-sept	24-sept	25-sept	26-sept
	Lentillas vexetais 1	Crema de cenoria	Espaguetis con salsa de tomate 1, 3, 6, 12	Arroz con verduras	Ensalada mixta 3, 4, 14 (leituga, tomate, cenoria, ovo e atún)
	Variñas de pescada caseiras con ensalada (tomate, queixo e albahaca) 1, 3, 4, 6, 7, 12, 14	Guiso de terneira con verduras e patacas guisadas 14	Tortilla española con ensalada (tomate, queixo e albahaca) 3, 7, 14	Pescada á prancha con patacas cocidas 4	Albóndegas caseiras con ARROZ INTEGRAL 1, 3, 6, 7, 12, 13, 14
	Froita	Chocolatina 7, 8	Froita	Froita	Froita
	Pan 1, 6, 12, 13	Pan 1, 6, 12, 13	Pan 1, 6, 12, 13	Pan 1, 6, 12, 13	Pan 1, 6, 12, 13
Sem.4	29-sept	30-sept			
	Sopa de estrelas 1, 3, 6, 12	Ovos recheos (atún, maionesa e olivas) con picadillo de leituga 3, 4, 14			
	Milanesa de porco con ensalada (leituga e tomate) 1, 3, 6, 7, 12, 13, 14	Polo asado con patacas fritidas 14			
	Biscoito caseiro 1, 3, 7	Froita			
	Pan 1, 6, 12, 13	Pan 1, 6, 12, 13			