Concello de AMES

conciliames.gal

Menú do 23 ao 27 de novembro de 2026

	PRIMEIRO PRATO	SEGUNDO PRATO	SOBREMESA
Luns	Brócoli refogado	Polo á cazadora con arroz	Mandarina
Martes	Fabas verdinas á xardineira	Empanada de atún	Pera
Mércores	Sopa de fideos	Tortilla española con ensalada	Biscoito caseiro
Xoves	Ensalada de garavanzos	Lombo en salsa con macarróns integrais	Caqui
Venres	Puré de porros	Peixe branco á galega con patacas cocidas	Melón

Ensalada de garavanzos: garavanzos, ovo cocido, leituga, tomate, cebola, aceite de oliva, vinagre, sal.

SUXERENCIA DE CEAS:

	PRIMEIRO PRATO	SEGUNDO PRATO	SOBREMESA
Luns	Ensalada mixta	Bacallau á cazola con patacas	Requeixo
Martes	Verduras ao forno (cabaciña, berenxena e boniato)	Coello asado	Kiwi
Mércores	Espinacas gratinadas	Rapante frito	Laranxa
Xoves	Sopa de peixe	Repolo refogado con patacas	Mazá
Venres	Ensalada de noces	Arroz á cubana	Plátano

NOTA: O peixe servido será fresco e do día segundo dispoñibilidade en lonxa. Informarase do peixe concreto pola tockap

COLABORAN:

XUNTA DE GALICIA | CONSELLERÍA DE EDUCACIÓN, CIENCIA, UNIVERSIDADES E FORMACIÓN PROFESIONAL