Concello de AMES

conciliames.gal

Menú do 9 ao 13 de novembro de 2026

	PRIMEIRO PRATO	SEGUNDO PRATO	SOBREMESA
Luns	Puré de cenoria	Arroz á mariñeira	Iogur natural
Martes	Ensalada de caqui e milgranda	Fabas con verduras e vitela	Mazá
Mércores	Coliflor á galega	Macarróns integrais con tomate e atún	Piña
Xoves	Sopa de verduras	Tortilla paisana con ensalada de leituga	Plátano
Venres	Potaxe de lentellas	Peixe branco en salsa verde con patacas cocidas	Laranxa

Ensalada de caqui e milgranda: leituga, tomate, cebola, caqui, milgranda, aceite de oliva, vinagre e sal

SUXERENCIA DE CEAS:

	PRIMEIRO PRATO	SEGUNDO PRATO	SOBREMESA
Luns	Croquetas	Berenxenas recheas	Kiwi
Martes	Sopa de peixe	Revolto de espárragos	Pera
Mércores	Ensalada con sésamo	Xarda á prancha con patacas	Queixo fresco
Xoves	Puré de porros	Arroz con bacallau	Uvas
Venres	Tallaríns con cogomelos	Polo ao forno	Melón

COLABORAN:

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