



fundación
VEDRUNA
EDUCACIÓN
San José-A Guarda



100%
saludable
sernuga



XANEIRO 2026

DÍA	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
8	Crema de cenoria 14	Codiños c/ salsa boloñesa 1-3-6-10	logur 7
9	Arroz 3 delicias 3-6	Lentellas c/ cabaza 1	Froita
12	Crema de cabaciña e cenoria 14	Pizza de atún 7-1-4	logur 7
13	Garavanzos estufados	Tortilla de cabaciña c/ salsa de tomate 3	Froita
14	Macarróns integrais c/ champiñóns 1-3-6-10	Pescada á romana c/ ensalada 1-3-4	Froita
15	Ensalada tropical 2-4-12-3-6	Caldereta de porco c/ patacas	Froita
16	Sopa de verduras c/ fideos 1-3-6-10	Xamonciños de polo c/ arroz	Froita Pan integral
19	Crema de verduras 14	Guiso de pavo á rioxana 6	Froita
20	Fabas estufadas	Empanada de atún 1-2-4-7-12	Froita
21	Sopa de piñóns e verduras 1-3-6-10	Xamón asado c/ arroz	Froita Pan integral
22	Lentellas caseiras c/ chourizo 1-6	Pescada ao forno c/ ensalada 4	logur natural sen azucre 7
23	Xudías c/ allada	Guiso vexetal c/ polo e pataca	Froita
26	Crema de cabaciña 14	Milanesa de polo c/ arroz 1-3-6-7-9-10	Froita
27	Lentellas estufadas 1	Salmón ao forno c/ ensalada 4	Froita Pan integral
28	Sopa de piñóns 1-3-6-10	Tortilla de patacas c/ ensalada 3	Natillas 7
29	Brócoli c/ ovo 3	Estufado tradicional de xarrete	Froita
30	Pasta c/ tomate 1-3-6-10	Potaxe de garavanzos c/ bacallau 4	Froita



IMPORTANTE: La presencia/ ausencia de alérgenos en los platos puede variar debido a cambios en la receta provisional (cocina central) y/o a alteraciones en nuestros productos y proveedores habituales. Para más seguridad, consulten la trazabilidad del menú entregado cada día.



Leyenda: 1 gluten; 2 crustáceos; 3 huevos; 4 pescado; 5 cacahuetes; 6 soja; 7 lácteos; 8 frutos con cáscara; 9 arroz; 10 mostaza; 11 sésamo; 12 moluscos; 13 altramuces; 14 suizos