

# MENÚ ESCOLAR ABRIL 2021



Gregorio SANZ  
Avda. de Luarda s/n  
27700 - RIBADEO (Lugo)

**FESTIVO**

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
5	6	7	8	9
	Crema de verduras de tempada	Ensalada de garbanzos, tomate, aguacate, queixo e ovo duro 	Sopa de peixe con fideos e verduras 	Brócoli con xamón, ovo relado e allada 
	Polo asado ao forno con pataca panadeira e verduras	Guiso de rape con patacas e verduras 	Escalope de tenreira con ensalada de follas verdes 	Paella de marisco 
	Froita fresca	Froita fresca	logur natural 	Froita fresca
12	13	14	15	16
Xudías verdes con pataca e bonito 	Espaguetis con salsa de tomate e queixo relado 	Sopa de fideos con polo e verduras 	Ensaladiña rusa 	Alubias estofadas con verduras
Pavo adobado en taquiños con arroz branco	Salmón á prancha con ensalada de follas verdes, cenoura e olivas 	Bacallau con coliflor e pataca 	Costela ao forno con tomate 	Polo ao allión con arroz branco
Froita fresca	logur natural 	logur natural 	Froita fresca	Froita fresca
19	20	21	22	23
Crema de verduras de tempada	Ensalada de pasta con cenoura, aguacate, queixo e xamón cocido 	Empanada de bonito 	Chícharos con xamón 	Potaxe de garavanzos con espinacas
Tenreira asada con patacas e verduras	Pescada á romana con tomate 	Caldo de galego	Lasaña de carne e verduras 	Peituga de pavo á prancha con espárragos e maionesa 
Froita fresca	logur natural 	logur natural 	Froita fresca	Macedonia froitas frescas
26	27	28	29	30
Ensalada de sardiñas con tomate, ovo e queixo fresco 	Sopa de cocido con fideos e verduras 	Coliflor ao gratén 	Espaguetis á boloñesa 	Brócoli con ovo cocido e allada 
Arroz con polo e verduras	Tortilla española con ensalada de follas verdes 	Guiso mariñeiro de polbo con pataca e verduras 	Pescada á prancha con ensalada de leituga 	Pizza caseira de tomate, mozzarella, xamón cocido e champiñóns 
Froita fresca	logur natural 	Froita fresca	logur natural 	Biscoito 

\*As elaboracións con froitos secos serviranse exentas destes a nenos/as menores de 5 anos

Menús elaborados por Olga Yanes Marqués, dietista-nutricionista col nº GA00113