

# MENÚ ESCOLAR FEBREIRO 2021 - celiacuía



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

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
Crema de verduras de tempada	Lentellas estofadas con verdura e pataca	Coliflor ao gratén	Espaguetis s/ glute con tomate e ovo	Ensalada de follas verdes, tomate, cebola, cenoura e queixo fresco
Polo adobado salteado con arroz branco	Pescada á prancha con ensalada de follas verdes	Raxo de porco con pementos e pataca cocida	Salmón ao forno con verduras de tempada	Fabada asturiana
logur natural	Froita fresca	Froita fresca	logur natural	Froita fresca
<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>
Sopa de fideos s/ glute con verduras e ovo cocido	Ensaladiña rusa	Xudías verdes salteadas con chourizo	Macarróns s/ glute con brócoli e queixo ao gratén	Ensalada de tomate, mexillóns e queixo semicurado
Tenreira asada con patacas e verduras	Arroz con polo e verduras	Bacallau ao forno con pataca panadeira e verduras de tempada	Peituga de pavo á prancha con ensalada de tomate e aguacate	Potaxe de garavanzos con grelos e pataca
Froita fresca	logur natural	Froita fresca	logur natural	Froita fresca
<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>
<b>VA</b>	<b>CA</b>	<b>CIÓNS</b>	Chícharos estofados con pataca e ovo relado	Caldo de repolo con cachelos
			Pizza s/ glute con tomate, xamón serrano, queixo e champiñóns	Pescada á prancha con ensalada de tomate e espárragos
			Froita fresca	logur natural
<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>
Crema de cenoura, cabaciña, brócoli e alporro	Lentellas estofadas con verduras	Torrada s/ glute con tomate e bonito	Ensalada de pasta s/ glute con cenoura, tomate, maíz doce, ovo relado e maionesa	Guiso de xudías verdes con pataca
Peituga de polo á prancha con arroz branco	Tortilla de pataca con ensalada de tomate	Salmón ao forno con ensalada de follas verdes e queixo semicurado	Garavanzos con bacallau e espinacas	Lacón asado con ensalada de tomate
Froita fresca	Froita fresca	logur natural	Froita fresca	Macedonia froitas frescas

\*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