

# MENÚ ESCOLAR FEBREIRO 2021 – exento porco e derivados



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 con tomate e ovo relado	Ensalada de follas verdes, tomate, cebola, cenoura e queixo fresco
Polo adobado salteado con arroz branco	Pescada á romana con ensalada de follas verdes	Raxo de pavo con pementos e pataca cocida	Salmón ao forno con verduras de tempada	Fabas estofadas con verduras
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 con verduras e ovo cocido	Ensaladiña rusa	Xudías verdes salteadas con ovo	Macarróns 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 plancha 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 caseira con tomate, cecina, queixo e champiñóns	Pescada á plancha 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	Empanada de bonito	Ensalada de pasta con cenoura, tomate, maiz doce, ovo relado e maionesa	Guiso de xudías verdes con pataca
Milanesa de polo 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	Costela de tenreira asada con ensalada de tomate
Froita fresca	Froita fresca	logur natural	Froita fresca	Macedonia froitas frescas

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

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