

MENÚ ESCOLAR FEBREIRO 2022 - celiacuía



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

MARTES		MÉRCORES		XOVES		VENRES			
1		2		3		4			
Lentellas estofadas con verdura e pataca		Xudías verdes salteadas con ovo e xamón		Ensalada de tomate, sardiñas e queixo fresco		Brócoli ao gratén			
Pescada á prancha con ensalada de follas verdes		Peituga de polo á prancha con patacas fritidas		Potaxe de garavanzos		Guiso mariñeiro de rape con pataca e verduras			
Froita fresca		logur natural		Froita fresca		Macedonia de froitas frescas			
7		8		9		10		11	
Ensalada de pasta s/ glute con tomate, cenoura, olivas e ovo		Ensalada campeira de pataca con xarda en lata, pementos e olivas		Sopa de peixe con fideos s/ glutw		Crema de verduras de tempada		Fabada asturiana	
Guiso de tenreira con pataca e verduriña		Paella de marisco		Pizza caseira s/ glute con tomate, queixo, xamón cocido e champiñóns		Salmón ao forno con pataca panadeira e verduriñas		Polo ao forno con verduriñas	
Froita fresca		logur natural		Froita fresca		logur sabores		Froita fresca	
14		15		16		17		18	
Crema de cabaza		Macarróns s/ glute con tomate e atún		Potaxe de garavanzos		Brócoli en allada con ovo e chourizo		Arroz 3 delicias	
Arroz con polo e verduriñas		Bacallau ao forno con pataca panadeira e pementos		Pavo ao allño con ensalada de follas verdes		Pescada en salsa verde con pataca e chicharos		Costela ao forno con ensalada de tomate e cebola	
logur natural bebible		Froita fresca		Froita fresca		logur natural		Froita fresca	
21		22		23		24		25	
Sopa de fideos s/ glute con polo e verduriñas		Ensalada de tomate, queixo fresco, ovo e noces		Torrada s/ glute con tomate, xamón e queixo		Ensaladiña rusa		Crema de verduras de tempada	
Chuleta de porco con ensalada de follas verdes e olivas		Marmitako de salmón		Fabas estofadas con verduras		Albóndigas en salsa s/ glute con arroz branco		Tortilla española con ensalada de tomate	
logur natural		Froita fresca		Froita fresca		logur natural bebible		Natillas	

*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