

MENÚ ESCOLAR FEBREIRO 2022



Gregorio SANZ
Avda. de Luarca 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 romana 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	
Ensalada de pasta con tomate, cenoura, olivas e ovo		Ensalada campeira de pataca con xarda en lata, pementos e olivas		Sopa de peixe con fideos		Crema de verduras de tempada	
Guiso de tenreira con pataca e verduriña		Paella de marisco		Pizza caseira con tomate, queixo, xamón cocido e champiñóns		Salmón ao forno con pataca panadeira e verduriñas	
Froita fresca		logur natural		Froita fresca		logur sabores	
14		15		16		17	
Crema de cabaza		Macarróns con tomate e atún		Potaxe de garavanzos		Brócoli en allada con ovo e chourizo	
Arroz con polo e verduriñas		Bacallau ao forno con pataca panadeira e pementos		Pavo ao allión con ensalada de follas verdes		Pescada en salsa verde con pataca e chicharos	
logur natural bebible		Froita fresca		Froita fresca		logur natural	
21		22		23		24	
Sopa de fideos con polo e verduriñas		Ensalada de tomate, queixo fresco, ovo e nozes		Pastelón de xamón e queixo		Ensaladiña rusa	
Milanesa de tenreira con ensalada de follas verdes e olivas		Marmitako de salmón		Fabas estofadas con verduras		Albóndigas en salsa con arroz branco	
logur natural		Froita fresca		Froita fresca		logur natural bebible	
25							
						Crema de verduras de tempada	
						Tortilla española con ensalada de tomate	
						Natillas	

*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