






































MENÚ ESCOLAR FEBREIRO 2023 – exento de porco e derivados



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

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
		1	2	3
		Chícharos con pavo salteado  Tortilla española con ensalada de leituga  Froita fresca 	Ensalada de tomate, queixo fresco e sardiñas  Polo ao forno con pataca e verduras  logur natural 	Macarróns con salsa de tomate caseira  Guiso de bacallau con pataca e verduras  Froita fresca 
6	7	8	9	10
Crema de verduras de tempada Raxo de pavo con arroz branco Froita fresca	Ensalada mixta de leituga, cebola, cenoura, taquiños de queixo e ovo duro  Salmón ao forno con pataca panadeira  logur natural 	Brócoli con ovo e allada  Guiso de tenreira con pataca e verduriña Froita fresca	Empanada de bonito  Caldo galego s/ carne logur sabores 	Arroz 3 delicias  Polo ao aliño con pataca cocida Macedonia de froita fresca
13	14	15	16	17
Sopa de fideos  Costela de tenreira ao forno con ensalada de leituga, remolacha e cenoura  Froita fresca	Xudías verdes con allada e ovo duro  Bacallau ao forno con pataca panadeira  logur natural 	Lentellas estofadas con verduras Pizza caseira de tomate, mozzarella e pavo  Froita fresca	Crema de verduras de tempada Arroz con polo e verduras Froita fresca	Coliflor salteada con ovo duro  Guiso mariñeiro de rape con pataca  Doce de entroido    
20	21	22	23	24
			Ensalada campeira de pataca con cenoura, cebola, olivas e xarda en lata  Paella de marisco  Froita fresca	Brócoli ao gratén  Milanesa de tenreira con ensalada de leituga  logur natural 
27	28			
Menestra de verduras con ovo  Macarróns con boloñesa de tenreira  Froita fresca	Crema de verduras de tempada Salmón á prancha con pataca cocida  logur ecolóxico 			

NON LECTIVO

*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