
































# MENÚ ESCOLAR FEBREIRO 2023



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

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
		1	2	3
		Chícharos con xamón  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 xamón e allada  Guiso de tenreira con pataca e verdura Froita fresca	Empanada de bonito  Caldo galego logur sabores 	Arroz 3 delicias  Polo ao aliño con pataca cocida Macedonia de froita fresca
13	14	15	16	17
Sopa de fideos  Costela 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 chourizo e 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 xamón e ovo  Macarróns con boloñesa  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