

MENÚ ESCOLAR FEBREIRO 2021



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

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
1	2	3	4	5
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 porco con pementos e pataca cocida	Salmón ao forno con verduras de tempada	Fabada asturiana
logur natural	Froita fresca	Froita fresca	logur natural	Froita fresca
8	9	10	11	12
Sopa de fideos con verduriñas e ovo cocido	Ensaladiña rusa	Xudías verdes salteadas con chourizo	Macarróns con brócoli e queixo ao gratén	Ensalada de tomate, mexillóns e queixo semicurado
Tenreira asada con patacas e verduriñas	Arroz con polo e verduriñas	Bacallau ao forno con pataca panadeira e verduras de tempada	Peituga de pavo á plancha con ensalada de tomate e aguacate	Potaxe de garanzos con grelos e pataca
Froita fresca	logur natural	Froita fresca	logur natural	Froita fresca
15	16	17	18	19
VA	CA	CIÓNS	Chícharos estofados con pataca e ovo relado	Caldo de repolo con cachelos
			Pizza caseira con tomate, xamón serrano, queixo e champiñóns	Pescada á plancha con ensalada de tomate e espárragos
			Froita fresca	logur natural
22	23	24	25	26
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	Garanzos con bacallau e espinacas	Lacón asado con ensalada de tomate
Froita fresca	Froita fresca	logur natural	Froita fresca	Macedonia froitas frescas

*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