




































































MENÚ ESCOLAR MARZO 2024 – exento de porco e derivados



Región SANE
Avda. de Luarca s/n
27700 - RIBADEO (Lugo)

| LUNS | MARTES | MÉRCORES | XOVES | VENRES |
|---|--|---|---|--|
| | | | | <p>1</p> <p>Chícharos con cenoira, ovo e allada</p>  <p>Salmón á prancha con puré de pataca</p>   <p>Froita fresca</p>  |
| <p>4</p> <p>Sopa de fideos con polo e verduras</p>  <p>Costela de tenreira ao forno con ensalada de tomate e cebola</p>  <p>logur natural</p>  | <p>5</p> <p>Garavanzos con espinacas</p> <p>Pescada á prancha con pataca cocida</p>  <p>Froita fresca</p>  | <p>6</p> <p>Brócoli salteado</p>  <p>Albóndigas de tenreira en salsa con arroz branco</p>  <p>logur ecolóxico</p>  | <p>7</p> <p>Macarróns con salsa de tomate caseira e atún</p>   <p>Bacallau ao forno con puré de pataca</p>   <p>Froita fresca</p>  | <p>8</p> <p>Caldo de repolo</p>  <p>Peituga de polo á prancha con ensalada de leituga e cebola</p>  <p>Macedonia de froitas frescas</p>  |
| <p>11</p> <p>Ensalada de pasta con cenoira, olivas, queixo, atún e maionesa</p>      <p>Guiso de tenreira</p>  <p>Froita fresca</p>  | <p>12</p> <p>Xudías verdes con ovo e allada</p>  <p>Paella de marisco</p>     <p>logur bebible</p>  | <p>13</p> <p>Crema de verduras de tempada</p> <p>Lasaña de carne</p>   <p>Froita fresca</p>  | <p>14</p> <p>Ensalada de tomate, cebola, remolacha, queixo, olivas e ovo</p>       <p>Marmitako de salmón</p>  <p>logur natural</p>  | <p>15</p> <p>Lentellas estofadas con verduras</p> <p>Torrada de pavo e queixo</p>     <p>Froita fresca</p>  |
| <p>18</p> <p>Coliflor con xamón</p>  <p>Polo ao allo con pataca e verduriñas</p>  <p>Froita fresca</p>  | <p>19</p> <p>Fabas estofadas con verduras</p> <p>Peituga de pavo á prancha con ensalada de tomate, cebola e queixo fresco</p>   <p>Froita fresca</p>  | <p>20</p> <p>Sopa de peixe con fideos</p>     <p>Tortilla de pataca con ensalada de leituga, tomate e cebola</p>  <p>Froita fresca</p>  | <p>21</p> <p>Ensaladiña rusa</p>    <p>Guiso de bacallau</p>  <p>logur natural</p>  | <p>22</p> <p>Crema de verduras de tempada</p> <p>Arroz con polo e verduriñas</p> <p>logur natural</p>  |

*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