

MENÚ ESCOLAR SETEMBRO 2021 – intolerancia a lactosa



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

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	24
20	21	22	23	1
Crema de verduras de tempada	Arroz 3 delicias 	Sopa de fideos con polo e verduras 	Coliflor ao gratén con queixo s/ lactosa	Ensalada de tomate, mexillóns e queixo fresco s/ lactosa
Macarróns con carne e verduriñas 	Pescada á galega 	Tortilla española con ensalada de tomate e olivas 	Bacallau ao forno con verduras e pataca panadeira 	Arroz con costela
Froita fresca	Froita fresca	logur natural s/ lactosa	Froita fresca	logur natural s/ lactosa
27	28	29	30	1
Espaguetis con salsa de tomate caseira e atún 	Ensalada mixta de leituga con tomate, cenoura, queixo semicurado s/ lactosa e ovo 	Empanada de carne 	Xudías con xamón e ovo cocido 	Crema de verduras de tempada
Milanesa de polo con ensalada de leituga 	Fabada asturiana 	Salmón ao forno con pataca e verduriñas 	Paella de marisco 	Tenreira estofada con pataca e verduriñas
logur natural s/ lactosa	Froita fresca	Froita fresca	logur sabores s/ lactosa	Macedonia de froitas frescas

*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