













































# MENÚ ESCOLAR XANEIRO 2024 - celiarquía



Agencia SAN2  
Avda. de Luarda s/n  
27700 - RIBADEO (Lugo)

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>
Ensalada mixta de leituga, cenoira, olivas, ovo duro e queixo    Espaguetis s/ glute con salsa boloñesa Froita fresca	Crema de verduras de tempada Pescada á prancha con pataca cocida   logur natural 	Lentellas estofadas con verduras Pizza s/ glute con tomate, mozzarella e xamón   Froita fresca	Torrada s/ glute con bonito  Caldo galego  Froita fresca	Coliflor con xamón   Salmón á prancha con pataca cocida  logur natural 
<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>
Chícharos con ovo, cenoira e allada  Arroz con polo e verduriñas Froita fresca	Brócoli con xamón  Bacallau ao forno con pataca panadeira  Froita fresca	Sopa de fideos s/ glute con polo e verduriñas Tortilla española con ensalada de leituga e cebola   logur ecolóxico 	Crema de verduras de tempada Espaguetis s/ glute con boloñesa  Froita fresca	Fabas estofadas con verduras Paella de marisco    logur natural 
<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>
Menestra de verduras con ovo  Guiso de tenreira Froita fresca	Arroz 3 delicias    Salmón ao forno con pataca panadeira e pementos  Froita fresca	Garavanzos estofados con espinacas Pavo adobado salteado con ensalada de tomate e cebola logur natural 	Ensaladiña rusa   Pescada á galega  Froita fresca	Sopa de peixe con fideos s/ glute e verduriñas    Polo ao allio con ensalada de leituga, tomate e cebola Macedonia de froitas frescas
<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>		
Crema de verduras de tempada Solombo de porco á prancha con pataca cocida Froita fresca	Espaguetis s/ glute con salsa de tomate caseira e atún  Guiso de bacallau con pataca e verduriñas  logur natural 	Caldo de repolo  Torrada s/ glute de xamón e queixo    Froita fresca		

\*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