








































































MENÚ ESCOLAR XUÑO 2021 – intolerancia a lactosa



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

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
	1	2	3	4
	Xudías verdes con ovo duro e xamón  	Ensalada de tomate, espárragos, queixo s/ lactosa e nozes  	Pasta con brócoli ao gratén s/ lactosa 	Coliflor con allada e ovo duro  
	Raxo de porco con pementos e arroz branco  	Marmitako de atún 	Peituga de pavo á prancha con ensalada de follas verdes, cenoria e olivas   	Potaxe de garavanzos con espinacas, pataca e chourizo    
	Froita fresca	logur natural s/ lactosa 	Froita fresca  	Flan s/ lactosa  
7	8	9	10	11
Crema de verduras de tempada	Lentellas estofadas con verduras e arroz	Ensalada campeira de pataca con pementos, cebola, olivas e sardiñas  	Arroz 3 delicias   	Empanada de bonito   
Tenreira asada con verduriñas e pataca	Salmón á prancha con ensalada de tomate e cebola  	Macarróns con boloñesa 	Pescada á romana con ensalada de follas verdes   	Caldo galego de repolo  
Froita fresca	Froita fresca  	logur natural s/ lactosa	Froita fresca	Queixo s/ lactosa con marmelo
14	15	16	17	18
Sopa de cocido 	Ensalada de tomate, cebola, queixo fresco s/ lactosa e ovo duro  	Coliflor ao gratén s/ lactosa	Ensalada de garavanzos con atún, queixo s/ lactosa, tomate e cebola  	Ensalada de pasta con cenoura, olivas, xamón cocido e queixo s/ lactosa   
Polo ao forno con verduriñas e pataca panadeira	Paella de marisco    	Albóndigas en salsa de tomate con arroz branco  	Salmón ao forno con patacas e verduriñas 	Tortilla española con leituga   
Froita fresca	logur natural s/ lactosa	Froita fresca	logur natural s/ lactosa 	Macedonia de froitas frescas   
21	22			
Ensalada campeira de pataca, pementos, xarda en lata, tomate e olivas  	Ensaladiña rusa  			
Pizza caseira con tomate, queixo s/ lactosa, champiñóns e xamón cocido  	Polbo con cachelos 			
Froita fresca	Xeado s/ lactosa  			

*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