

MENÚ ESCOLAR ABRIL 2024



Escola SARB
Avda. de Luarca s/n
27700 - RIBADEDO (Lugo)

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
1	2	3	4	5
	Sopa de fideos 	Crema de verduras de tempada	Ensalada mixta de leituga, tomate, cebola, aguacate e ovo duro 	Caldo de repolo
NON LECTIVO	Pescada á romana con ensalada de leituga, tomate e cebola logur ecolóxico 	Polo ao forno con verduras e pataca Froita fresca 	Salmón á prancha con puré de pataca logur natural 	Raxo de pavo con tomate Macedonia de froitas frescas
8	9	10	11	12
Ensalada de pasta con cenoura, olivas, queixo, atún e maionesa Guiso de tenreira logur natural 	Ensalada de tomate, aguacate e queixo Polo ao allíño con arroz Froita fresca 	Garavanzos con espinacas Bacallau ao forno con pataca panadeira Froita fresca 	Brócoli con xamón Tortilla española con ensalada de leituga e cebola logur natural 	Empanada de bonito Fideuá de pescado Froita fresca
15	16	17	18	19
Crema de verduras de tempada Polo ao forno con pataca e verduriña Froita fresca 	Coliflor con xamón Macarróns con boloñesa logur natural 	Lentellas estofadas con verduras Pastelón caseiro de xamón e queixo Froita fresca 	Ensaladiña rusa Peituga de pavo á prancha con tomate logur natural 	Arroz 3 delicias Salmón ao forno con pataca e verduras Froita fresca
22	23	24	25	26
Espaguetis con salsa de tomate caseira Solombo de porco á prancha con pataca cocida Froita fresca 	Brócoli ao gratén Guiso de bacallau logur natural 	Ensalada campeira de pataca con pementos asados, olivas, cebola e xarda en lata Xamón asado con tomate Froita fresca 	Chicharos con cenoria, xamón e ovo Salmón ao forno con puré de pataca logur natural 	Ensalada de garavanzos, tomate, cebola, olivas, atún e queixo Pizza caseira con salsa de tomate, mozzarella e pavo Froita fresca
29	30			
Sopa de cocido Costela ao forno con pementos e pataca panadeira Froita fresca 	Crema de verduras de tempada Espaguetis con tomate e atún logur bebible 			

*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