






























































MENÚ ESCOLAR MAIO 2023 – exento de porco e derivados



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

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
1	2	3	4	5
F E S T I V O				
		Espaguetis con salsa de tomate e atún   Raxo de pavo con ensalada de leituga   Iogur natural 	Brócoli salteado con ovo  Pescada à galega  Froita fresca 	Ensalada mixta de leituga, tomate, cebola, cenoura, remolacha, ovo e queixo     Guiso de tenreira  Froita fresca 
8	9	10	11	12
Lentellas estofadas con verduras Polo ao allioño con ensalada de tomate  Iogur natural 	Crema de verduras de tempada Salmón ao forno con pataca cocida  Froita fresca 	Potaxe de garavanzos con verduras Pastelón caseiro de pavo e queixo     Froita fresca 	Arroz 3 delicias    Costela de tenreira ao forno con leituga  Iogur natural 	Ensalada de pasta con tomate, olivas, queixo e ovo duro     Rape en salsa con pataca  Macedonia de froita fresca 
15	16	17	18	19
Sopa de fideos con verduras  Pizza caseira con tomate, mozzarella e pavo    Fresas con iogur 	Empanada de bonito   Caldo galego s/ carne  Tarta de Santiago  	DÍA DAS LETRAS GALEGAS		
22	23	24	25	26
Ensalada de tomate, queixo fresco e sardiñas    Arroz con polo e verduras  Froita fresca 	Ensaladiña rusa    Pescada á romana con ensalada de leituga     Iogur natural 	Lentellas estofadas con verduras Macarróns con boloñesa de tenreira  Froita fresca 	Menestra de verduras con ovo  Marmitako de bonito  Iogur natural 	Sopa de fideos  Tortilla de pataca con ensalada de leituga   Froita fresca 
29	30	31		
Crema de verduras de tempada Milanesa de tenreira con ensalada de tomate    Iogur bebible 	Ensalada mixta de leituga, tomate, espárragos, queixo e ovo    Salmón á prancha con puré de pataca   Froita fresca 	Ensalada de xudías verdes con xarda en lata  Polo ao forno con pataca Iogur natural 		

*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