

















































































MENÚ ESCOLAR NOVIEMBRE 2022 - exento de porco e derivados



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

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
31	1	2	3	4
NON	LECTIVO	Ensalada de tomate, aguacate, queixo fresco e noces  	Crema de verduras de tempada	Coliflor salteada con ovo duro  
		Polo ao allieño con arroz branco  	Bacallau ao forno con pataca panadeira 	Espaguetis con boloñesa  
		logur natural 	Froita fresca 	logur sabores 
7	8	9	10	11
Ensalada temperá de xudías, pataca e xarda  	Macarróns con salsa de tomate caseira e bonito  	Garavanzos estofados con verduras	Ensalada de pasta con tomate, cenoura, olivas, pavo e queixo   	Sopa de fideos 
Raxo de pavo con arroz branco 	Pescada á prancha con leituga 	Pavo á prancha con patacas fritas	Marmitako de bonito 	Escalope de tenreira con menestra de verduras  
Froita fresca 	logur bebible 	Froita fresca 	Froita fresca 	logur natural 
14	15	16	17	18
Crema de verduras de tempada	Ensaladiña rusa   	Brócoli con xamón e allada 	Sopa de fideos 	Ensalada mixta de leituga, tomate, cebola, cenoura, atún e ovo   
Polo ao forno con pataca e verduriñas 	Guiso de rape 	Guiso de tenreira 	Tortilla española con leituga  	Pescada á romana con pataca cocida  
Froita fresca 	logur sabores 	Froita fresca 	logur natural 	Froita fresca 
21	22	23	24	25
Empanada de bonito  	Arroz 3 delicias   	Lentellas con verduras	Caldo de repolo 	Ensalada de pasta con cenoura, olivas, ovo e pavo   
Solombo de tenreira á prancha con champiñóns ao allieño  	Guiso de bacallau con pataca e verduriñas 	Pizza caseira con tomate, queixo e atún  	Costela de tenreira ao forno con ensalada de leituga 	Pescada á galega 
logur natural 	Froita fresca 	Froita fresca 	Natillas  	Macedonia de froitas frescas 
28	29	30		
Crema de verduras de tempada	Menestra de verduras con pavo 	Guiso de xudías con pataca 		
Arroz con polo e verduriñas 	Salmón ao forno con pataca cocida 	Raxo de pavo con arroz branco 		
Froita fresca 	logur bebible 	Froita fresca 		

*As elaboracións con froitos secos serviranse exentas destes a nenos/as menores de 5 anos