















































# Menú escolar adaptado

Enfermidade celiaca

- Fevereiro 2019 -

	Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres
	4	5	6	7	8
<b>Xantar</b>	Paella de marisco 	Pataca cocida con atún e tomate 	Ensalada de tomate, sardiñas en lata e queixo fresco 	Lasaña s/ glute de carne 	Ensalada de garavanzos, tomate, queixo, olivas e cebola 
	Peituga de pavo á prancha con ensalada de follas verdes, mango e améndoas 	Lentellas con verduras	Tenreira á xardiñeira	Pescada á galega 	Peituga de polo á prancha con patacas fritidas e pementos asados
	logur natural 	Froita fresca	Froita fresca	logur natural 	logur natural 
	11	12	13	14	15
	Crema de verduras (cabaciña, cebola, alloporro, cenoura e espinacas)	Ensalada de follas verdes, pera, noces e queixo de cabra relado con vinagreta doce 	Revolto de bacallau con pasas 	Sopa de peixe 	Fabas estofadas con verduras
	Arroz con costela	Marmitako de salmón 	Polo ao forno con verduriñas e patacas asadas	Escalopíns de tenreira á prancha con ensalada de tomate e aguacate 	Torrada de pan s/ glute ao forno con queixo, champiñóns e xamón 
	logur natural 	Froita fresca	Froita fresca	logur sabores 	Froita fresca

	<b>Luns</b>	<b>Martes</b>	<b>Mércores</b>	<b>Xoves</b>	<b>Venres</b>
	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>
<b>Xantar</b>	Crema de cabaciña	Chícharos con xamón e ovo cocido  	Caldo de repolo con cachelos	Ensalada de fabas, tomate, atún, cebola, olivas e aguacate con vinagreta  	Revolto de grelos con xamón  
	Macarróns s/glute con salsa boloñesa	Chipiróns encebolados con arroz branco 	Chuleta de porco á prancha con ensalada de follas verdes e aguacate 	Tortilla española 	Salmón ao forno con puré de pataca  
	logur sabores 	Froita fresca	logur natural 	logur natural 	Froita fresca
	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>1</b>
	Coles de bruselas salteadas con xamón e allada 	Ovos recheos de atún con maionesa  	Pasta s/glute con brócoli ao gratén 	Ensalada de follas verdes, cecina, queixo de cabra, noces e piña   	Lentellas con verduras
	Albóndigas de tenreira s/ glute en salsa con arroz branco  	Potaxe de garavanzos con bacallau e espinacas  	Polo ao allíño con ensalada de follas verdes, tomate e cebola 	Pescada ao forno con pataca panadeira, cebola, cenoura e pementos 	Tortilla campesiña con ensalada de tomate  
	Froita fresca	logur natural 	Froita fresca	logur natural 	Froita fresca