



























# MENÚ ESCOLAR SETEMBRO 2019 - celiacuía



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

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>
Sopa de fideos s/ glute con verduriñas 	Lentellas con verduras	Xudías con xamón e allada 	Crema de cenoura	Garavanzos con espinacas
Albóndegas s/ glute en salsa de tomate con pataca cocida 	Salmón á prancha con ensalada de follas verdes, tomate e cenoura  	Tortilla española con ensalada de tomate  	Arroz con polo e verduriñas	Pescada á prancha con pataca cocida 
logur natural 	Froita fresca	logur natural 	Froita fresca	logur sabores 
<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>
Brócoli salteado con ovo cocido e allada 	Chícharos con xamón 	Paella de verduras	Ensalada de follas verdes con melón e xamón 	Coliflor con pataca, ovo e allada 
Peituga de pavo á prancha con patacas fritas	Lasaña de pasta s/ glute con verduras variadas, carne de tenreira e queixo 	Bacallau ao forno con pataca panadeira e pementos 	Fabada asturiana 	Macarróns s/ glute con tomate e atún 
Froita fresca	Froita fresca	logur natural 	Froita fresca	logur natural 
<b>30</b>				
Crema de verduras 	Sopa de fideos s/ glute con verduriñas 			
Polo ao allión con arroz branco	Albóndegas s/ glute en salsa de tomate con pataca cocida 			
logur sabores 	logur 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