

MENÚ ESCOLAR SETEMBRO 2019 - Exento de porco e derivados



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

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
16	17	18	19	20
Sopa de fideos con verduriñas 	Lentellas con verduras	Xudías con allada 	Crema de cenoira	Garavanzos con espinacas
Albóndegas de tenreira en salsa de tomate con pataca cocida 	Salmón á prancha con ensalada de follas verdes, tomate e cenoira 	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
23	24	25	26	27
Brócoli salteado con ovo cocido e allada 	Chícharos con cecina 	Paella de verduras	Ensalada de follas verdes con melón e cecina 	Coliflor con pataca, ovo e allada
Peituga de pavo á prancha con patacas fritas	Lasaña de verduras variadas con carne de tenreira e bechamel 	Bacallau ao forno con pataca panadeira e pementos 	Guiso de fabes con verduras 	Macarróns con tomate e atún
Froita fresca	Froita fresca 	logur natural 	Froita fresca	logur natural
30				
Crema de verduras 				
Polo ao allión con arroz branco				
logur sabores 				

*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