

MENÚ ESCOLAR SETEMBRO 2019



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 xamón e allada 	Crema de cenoira	Garavanzos con espinacas
Albóndegas 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 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 fritidas	Lasaña de verduras variadas con carne de tenreira e bechamel 	Bacallau ao forno con pataca panadeira e pementos 	Fabada asturiana 	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