

PROPOSTAS DE CEA SETEMBRO 2021



Gregorio SANB
Avda. de Luarda s/n
27700 - RIBADEO (Lugo)

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	24
20	21	22	23	1
Torrada con paté de sardiñas caseiro 	Ensalada de tomate, aguacate e parmesano 	Hamburguesas de salmón caseiras á prancha con pan, canónigos, rúcula, cabaciña á prancha e mostaza 	Raxo de polo con pementos e guarnición de quinoa logur con avela e mel 	Tortilla francesa rechea de espárragos trigueiros e xamón
Tortilla francesa rechea de espinacas e parmesano 	Crema de lentellas con picatostes por riba 	Froitos vermellos		logur con compota de mazá e canela
Froitos vermellos	Kiwi			
27	28	29	30	1
Ovos á prancha con berenxea á prancha e puré de pataca caseiro 	Arroz con calamares e verduras 	Torrada con aguacate e queixo fresco 	Ensalada de canónigos, tomate e bonito 	Ovos revoltos con alloporro, cabaciña, pementos e pataca
Kiwi	logur con nozes 	Sopa de peixe con fideos e verduras 	Crema de garavanzos con espinacas Froitos vermellos	logur con uvas e canela
		Uvas		

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

Menús elaborados por Olga Yanes Marqués, dietista-nutricionista col nº GA00113