






























# PROPOSTAS DE CEA ABRIL 2024



Región SAN2  
Avda. de Luarca s/n  
27700 - RIBADEO (Lugo)

**NON LECTIVO**

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
1	2	3	4	5
	Pizza caseira con tomate, mozzarella, champiñóns e pavo  Mazá asada con canela	"Fajitas" recheas de boloñesa de soia texturizada  logur con fresas 	Pasta con espinacas, gambas e queixo parmesán  Kiwi	Lentellas estofadas con verduras e arroz  Fresas con zume de laranxa
8	9	10	11	12
Ovos á prancha con pisto de verduras e ñoquis  Mandarina	Parrocha frita con cabaciña á prancha e pataca cocida  Plátano	Hamburguesa de polo á prancha con pan, queixo e berenxea á prancha  Fresas	Macarróns con bechamel de espinaca  Mazá asada con canela	Torrada con aguacate, tomate e noces  Luras fritas con pementos  logur con avea 
15	16	17	18	19
Revolto de ovos con grelos e gambas  Chocolate negro	Pan tumaca  Garavanzos salteados con cenoura, tomate, alloporro e especias  Mandarina	Torrada con aceite de oliva virxe  Tortilla francesa con champiñóns e queixo  logur con canela 	Rapante á prancha con quinoa e brócoli  logur con froitos vermellos 	Pizza caseira con tomate, mozzarella, pementos, atún e noces  Kiwi
22	23	24	25	26
Xudías en salsa con pataca e ovo cocido  logur con fresas, flocos de millo e avelás 	Crema de verduras con lentella vermella  Torrada con queixo do cebreiro, plátano e mel 	Sopa de fideos  Mexilóns con vinagreta  Mazá con crema de cacahuete 	Arroz con verduras e sepia  Mandarina	Tortilla española con ensalada de canónigos, mazá, cenoura, remolacha e noces  Vaso de leite con cacao 
29	30			
Hamburguesas de peixe con maionesa, pataca cocida e brócoli  Mandarina	Quinoa fervida e salteada con carne e verduras  Chocolate negro			

\*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