

CEIP XOAQUÍN LORIGA
Rúa Prado, S/N
36512 Lalín (Pontevedra)
TLF: 986 794 016 FAX: 986 794 459
ceip.xoaquin.loriga@edu.xunta.es

Dolores Iglesias Montero
Técnico Especialista en Dietética e Nutrición

MENÚ XUÑO 2021 celíaco			
DÍA	1º PRATO	2º PRATO	POSTRE
Martes 1	Menestra de verduras	Filete á prancha con arroz	Laranxa
Miércoles 2	Leituga e tomate	Peixe con patacas	Froita
Jueves 3	Xamón con melón	Zanco de polo con gornición	Sandía
Viernes 4	Ensalada	Filete con pataca	logurt
Lunes 7	Sopa sen gluten	Ensalada de ovos, sardiña e pataca	Froita
Martes 8	Chícharos con xamón	Filete á prancha con pataca (natural)	Laranxa
Miércoles 9	Sopa de pasta sen gluten	Salmón con ensalada	Froita
Jueves 10	Melón con xamón	Paella	Froita
Viernes 11	Potaxe	Filete con ensalada	logurt
Lunes 14	Sopa sen gluten	Tortilla con ensalada	Plátano

Martes 15	Chícharos con xamón	Peituga á prancha con arroz	Froita
Miércoles 16	Ensalada	Pescado á prancha cunha pataca	Froita
Jueves 17	Lentellas	Pasta sen gluten con carne	Laranxa
Viernes 18	Fabada	Filete con leituga	logurt
Luns 21	Sopa sen gluten	Ovos, sardiña e patacas	Froita
Martes 22	Menú fin de curso	Menú fin de curso	Menú fin de curso

Comentario: pan sen gluten en todas as comidas. No utilizar espesantes y las patacas no congeladas, que sean naturales.