

ENTROIDO

En febreiro, pásao preto do brasero. Abrígache ben, porque aínda estamos no corazón do inverno.

Os xoves, coñecido popularmente como a xoves graxo, precede ao entroido e nalgúns localidades afai facer unha comida especial conmemorativa onde é costume a butifarra de ovo. Este 2020, será o 20 de febreiro.

Neste mes iníciase algúns labores agrarios, no campo hai pouco traballo pero hai que preparar a terra para sementaa de primavera.

Quen sementa en febreiro, colleita ten.

Os cítricos, ao comezo do ano, están no seu mellor momento e xa podes empezar a gozar dos primeiros amorodos, que nos anuncian a chegada, aínda que tímida, do bo tempo.

Tamén é un bo mes para as verduras. O que come verdura ten a vida segura.

A primavera comeza a espertarse e os animais, gardados en cortello, teñen ganas de saír a pastar herba fresca. E por San Valentín, o almendro a florecer.



SEN LACTOSA



Luns 3 Brócoli con ajada Arroz con tenreira e verduras Froita enteira	Martes 4 Potaxe de garavanzos, verduras e pasta Tortilla de gambas e champiñóns con ensalada (tomate, cebola e olivas) Froita enteira	Mércores 5 Minestra de verduras con ovo cocido Salmón ao forno con arroz e verduras salteadas (*) logur sen lactosa	Xoves 6 Espaguetis con salsa de tomate Pavo ao forno con ensalada (leituga, mazá e millo) Froita enteira	Venres 7 (*) Xudías verdes con cebola e allos Bacallau guisado con patacas e chícharos Froita enteira
Luns 10 Crema de verduras (cenoria e allo porro) (*) Pito ao forno con patacas, pementos e tomate Froita enteira	Martes 11 Estofado de fabas con verduras e arroz Revolto de ovos e bacallau Froita enteira	Mércores 12 Coliflor en ajada Pescada en salsa verde con patacas cocidas (*) logur sen lactosa	Xoves 13 (*) Crema de chícharos (sen picatostes) Coello ao forno con arroz e verduras Froita enteira	Venres 14 (*) Ensalada de pasta de cores (sen lactosa) Filete de atún á prancha con ensalada (leituga, tomate e cebola) Froita enteira
Luns 17 Crema de verduras (cabaciña e cabaza) Lombo de porco ao forno con arroz e pementos Froita enteira	Martes 18 Tosta de sardiñas con tomate natural (*) Grellos, ovo cocido e patacas (sen chourizo) Froita enteira	Mércores 19 Caldo de repolo (*) Pescada ao forno con patacas cocidas e ensalada de tomate (*) logur sen lactosa	Xoves 20 Sopa de peixe e estrelas Ovos escalfados con pinto de verduras e patacas Froita enteira	Venres 21 MENÚ FESTIVO
Luns 24 VACACIONS	Martes 25 DE	Mércores 26 ENTROIDO	Xoves 27 Sopa de fideos (*) Cocido (pito, carne, pataca, verdura e garavanzos) (sen chourizo) Froita enteira	Venres 28 (*) Chícharos con cebola e allos (*) Pito á prancha con verduras Froita enteira