

MENÚ MAIO INTOLERANTE LACTOSA



LUNS

MARTES

MÉRCORES

XOVES

VENRES

FESTIVO

FESTIVO

FESTIVO

Ensalada de pasta
Guiso de pavo con arroz
Froita

Crema de cabaza e cabaciña
Pizza de xamón e queixo sen lactosa
Froita

Sopa de fideo con verduras
Tortilla de pataca e cebola
Froita

Salpicón (pescada, ovo cocido, pataca e olivas)
Pasta á boloñesa
Froita

Crema de cabaza
Polo ao forno con arroz
logur sen lactosa

Ensalada mixta (leituga, tomate, cenoria e millo)
Pescada ao forno con cuscus
Froita

Brócoli con patacas
Paella de pavo e xudías
Froita

Xudías con xamón
Fideuá de polo
Froita

Ensalada campera (pataca, pemento, ovo e oliva)
Abadeixo ao forno con arroz
logur sen lactosa

Crema de cenoria
Guiso de tenreira con patacas
Froita

Tosta de atún
Pavo guisado con tomate frito e macarróns
Froita

FESTIVO

Menestra de verduras
Tortilla paisana
logur sen lactosa

Crema de verduras
Albóndegas de polo con arroz
Froita

FESTIVO

Ensalada mixta (leituga, tomate, cenoria e millo)
Pescada en salsa verde con patacas
Froita

Chicharos con xamón
Espirais con atún e tomate triturado
Froita

Sopa de fideos
Milanesa de polo con xudías e cenoria
Froita

Ensaladilla
Pescada á galega con patacas e chicharos
logur sen lactosa

Ensalada de quinoa (leituga, quinoa, cenoria, millo e olivas)
Lombo de porco con arroz
Froita

Fabas con verduras
Abadeixo ao forno con pataca cocida
Froita

Brócoli con ovo cocido
Fideuá de pavo
Froita