

MENÚ ESCOLAR MAIO 2024



Augusto SANZ
Avda. de Luarca s/n
27700 - RIBADEO (Lugo)

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES	
		1	2	3	
		NON LECTIVO		Xudías verdes con ovo Salmón á prancha con pataca cocida logur natural 	Ensalada mixta de leituga, tomate, cebola, remolacha, queixo e atún Lasaña de carne de tenreira caseira Froita fresca
6	7	8	9	10	
Crema de verduras de tempada Polo ao allión con arroz branco logur natural 	Espaguetis con salsa de tomate caseira Pescada a romana con ensalada de leituga, tomate e cebola Froita fresca 	Lentellas estofadas con verduras Tenreira asada con guarnición de verduras Froita fresca 	Brócoli ao gratén Marmitako de bonito logur ecolóxico 	Garavanzos con espinacas Raxo de pavo con puré de pataca Froita fresca 	
13	14	15	16	17	
Empanada de bonito Caldo galego Tarta de Santiago 	Crema de verduras Costela ao forno con pataca panadeira Queixo con marmelo 	Ensalada mixta de leituga, tomate, cebola, cenoura, atún e ovo Zorza con cachelos logur natural ecolóxico 	Sopa de peixe Polbo con cachelos Macedonia de froitas frescas 	DÍA DAS LETRAS GALEGAS	
20	21	22	23	24	
NON LECTIVO		Ensalada de garavanzos, olivas, tomate, cenoura e bonito Pastelón caseiro de pavo e queixo Froita fresca 	Ensalada de xudías verdes con cenoura, pataca, e ovo Pasta con boloñesa Froita fresca 	Crema de verduras de tempada Salmón ao forno con pataca panadeira logur natural 	Ensalada de tomate, cebola, aguacate e queixo Guiso de bacallau Froita fresca
27	28	29	30	31	
Arroz 3 delicias Milanesa de tenreira con ensalada de tomate e cebola Froita fresca 	Ensaladiña rusa Pescada á galega Froita fresca 	Menestra de verduras Tortilla española con ensalada de leituga logur natural 	Pastel de atún e espinaca caseiro Bacallau á prancha con puré de pataca Froita fresca 	Fabas estofadas con verduras Polo ao forno con verduras e pataca logur bebible 	

*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