

# MENÚ ESCOLAR MAIO 2024 - intolerancia a lactosa



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

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
		1	2	3
		<b>NON LECTIVO</b>		
			Xudías verdes con ovo  Salmón á prancha con pataca cocida  logur natural s/ lactosa 	Ensalada mixta de leituga, tomate, cebola, remolacha, queixo s/ lactosa e atún  Lasaña de carne caseira  Froita fresca 
6	7	8	9	10
Crema de verduras de tempada  Polo ao allión con arroz branco  logur natural s/ lactosa 	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 con queixo s/ lactosa  Marmitako de bonito  logur natural s/ lactosa 	Garavanzos con espinacas  Raxo de pavo con pataca cocida  Froita fresca 
13	14	15	16	17
Empanada de bonito  Caldo galego  Doce s/ lactosa 	Crema de verduras  Costela ao forno con pataca panadeira  Queixo s lactosa con marmelo 	Ensalada mixta de leituga, tomate, cebola, cenoura, atún e ovo  Zorza con cachelos  logur natural s/ lactosa 	Sopa de peixe  Polbo con cachelos  Macedonia de froitas frescas 	<b>DÍA DAS LETRAS GALEGAS</b>
20	21	22	23	24
<b>NON LECTIVO</b>		Ensalada de garavanzos, olivas, tomate, cenoura e bonito  Pastelón caseiro de pavo e queixo s/ lactosa  Froita fresca 	Crema de verduras de tempada  Salmón ao forno con pataca panadeira  logur natural s/ lactosa 	Ensalada de tomate, cebola, aguacate e queixo s/ lactosa  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 con chourizo  Tortilla española con ensalada de leituga  logur natural s/ lactosa 	Pastel de atún e espinaca caseiro s/ lactosa  Bacallau á prancha con pataca cocida  Froita fresca 	Fabas estofadas con verduras  Polo ao forno con verduras e pataca  logur natural s/ lactosa 

\*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