



## BASAL CONCELLO LUGO

### MARZO 2024

LUNS

26/02/2024

MARTES

27/02/2024

MÉRCORES

28/02/2024

XOVES

29/02/2024

VENRES

01/03/2024

CALDO VEXETAL  
RABAS  
ESPIRAIS SALTEADOS  
FROITA

Semana 1

04/03/2024

SOPA DE ESTRELIÑAS  
POLO AS FINAS HERBAS  
PATACAS GUIADAS  
IOGUR

05/03/2024

MINISTRA SALTEADA CON  
XAMÓN  
XURELO O FORNO  
CODIÑOS CON ALLO E PEREXIL  
FROITA

06/03/2024

CREMA DE CABAZA  
ALBONDEGAS EN SALSA DE  
TOMATE  
ARROZ  
IOGUR

07/03/2024

MACARRONS CON CHOURIZO  
LOMBO ADUBADO  
ENSALADA DE LEITUGA E  
TOMATE  
FROITA

08/03/2024

FABAS ESTUFADAS  
BACALLAO GUIADO CON  
PATACAS  
FROITA

Semana 2

11/03/2024

CREMA DE VERDURAS  
TALLARINS CON BOLOÑESA  
VEXETAL  
FROITA

12/03/2024

GARAVANZOS ESPINACAS  
PESCADA EN SALSA VERDE  
PATACAS GUIADAS  
IOGUR

13/03/2024

SOPA DE PIÑONS  
POLO O ALLO  
MINISTRA CON TOMATE  
FROITA

14/03/2024

PAELLA DE VERDURAS  
XARDA A MARIÑEIA  
BRECOL E CENORIA (con pataca)  
IOGUR

15/03/2024

LENTELLAS A CASEIRA  
TORTILLA DE CABACIÑA  
LEITUGA E MILLO  
FROITA

Semana 3

18/03/2024

CALDO GALEGO  
TAQUIÑO DE POLO GUIADO  
CON MACARRONS  
IOGUR

19/03/2024

SOPA DE VERDURAS CON  
PIÑONS  
FILETE RUSO EN SALSA  
CASTELLANA  
PATACAS ESTUFADAS  
FROITA

20/03/2024

FABAS CON VERDURAS  
TORTILLA DE ATÚN  
TOMATE NATURAL  
IOGUR

21/03/2024

CREMA DE CABAZA E CABACIÑA  
TENREIRA GOBERNADA CON  
ARROZ  
FROITA

22/03/2024

XUDIAS VERDES CON ALLADA E  
PATACA  
PESCADA A ROMANA  
ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E  
CENORIA  
FROITA

Semana 4

Alimentación saludable gallega garante que estos menús foron planificados segundo os principios dietético-nutricionais establecidos pola OMS (Organización Mundial da Saúde) en alimentación escolar e van ser elaborados con materias primas de 1ª calidade.