

# MENÚ ESCOLAR XANEIRO 2024



XUNTA  
DE GALICIA

INSTITUTO EDUCACIÓN  
SECUNDARIA DE FOZ

IES DE FOZ  
Rúa Castelao s/n  
27780 Foz-Lugo  
982 870287  
les.foz@edu.xunta.gal



LUNS		MARTES		MÉRCORES		XOVES		VENRES	
1		2		3		4		5	
8	COLIFLOR Á GALEGA POLO BOA MULLER LARANXA	9	LENTELLAS ESTUFADAS TORTILLA ESPAÑOLA G/ TOMATE Á VINAGRETA KIWI	10	CREMA DE LEGUMES LINGUA DE TENREIRA BRASEADA G/ PURÉ DUQUESA CLEMENTINA	11	MACARRÓNS CON TOMATE BACALLAU ORLY G/ ENSALADA, LIMÓN PIÑA EN XAROPE	12	SOPA DE FIDEOS LOMBO DE PORCO ADUBADO G/ PATACAS FRITAS FROITA VARIADA
15	PATACAS GUISADA Á CASEIRA SOLLA Á PROVENZAL G/ TOMATIÑOS MAZÁ	16	TALLARÍNS CON PREBE DE TOMATE ROLO DE PESCADA G/ BONIATOS ASADOS PERA	17	EMPANADA DE BONITO GOULAX CON LEGUMES PLÁTANO	18	SOPA DE ESTRELAS COSTELETA DE PORCO G/ PATACAS FRITAS LARANXA	19	COL LOMBARDA CON PASAS SEPIA GUISADA G/ ARROZ BRANCO FROITA VARIADA
22	OVOS FRITOS CUBANA TROITAS ANDALUZA G/ ENSALADA, LIMÓN CLEMENTINA	23	BRÓCOLI REFOGADO LURAS FRITAS G/ TOMATE E LIMÓN KIWI	24	PIZZA NAPOLITANA FRIAME DE XAMÓN AO PORTO G/ ESPINACAS Á CREMA PERA	25	CREMA DE CABAZA CABALA AO FORNO G/PATACAS PANADEIRA PLÁTANO	26	ARROZ MILANESA POLO RECHEO G/ DADOS DE CABAZA FROITA VARIADA
29	CANELÓNS RÍAS ALTAS POLO EN PEPITORIA G/ ARROZ PILAW MANDARINA	30	CREMA DE CABACIÑA PORCO ASADO G/ CENORIA DADO FROITA	31	OVOS AO PRATO FLAMENCA FILETES DE PESCADA COLBERT G/ PATACA COCIDA KIWI	1	ESPAGUETIS CON TOMATE COELLO ESTUFADO G/ MINESTRA PERA	2	FABAS ESTUFADAS BONITO CON TOMATE G/ PEMENTO AO ALLO FROITA VARIADA