

Menú de febreiro 2022

	1		2		3		4
	Ensalada grega Tenreira asada con patacas asadas Froita		Crema de verduras Fideuá Lácteo		Ovos recheos Albóndegas con arroz Froita		Fabada Peixe á prancha con ensalada Lácteo
7		8		9		10	
Sardinillas con tomate Tallaríns con carne Froita		Coliflor á galega Polo ao forno con arroz Froita		Potaxe de garavanzos Peixe á prancha con ensalada Lácteo		Ensalada de laranxa Solombo á prancha con patacas ao vapor Froita	Caldo galego Paella Lácteo
14		15		16		17	
Menestra de verduras Macarróns con atún Froita		Brócoli con allada Carne ao caldeiro Froita		Lentellas vexetais Peixe á prancha con ensalada Lácteo		Xudías salteadas Xamón asado con patacas ao vapor Froita	Sopa de verduras Peixe ao forno con arroz Lácteo
21		22		23		24	
Cogomelos ao allión Espaguetes á boloñesa Froita		Revolto de espinacas Costela con arroz Froita		Crema de verduras Peixe rebozado con ensalada Lácteo		Chícharos con xamón Peituga de polo á prancha con patacas ao vapor Froita	MENÚ DE ENTROIDO Lacón con grelos, patacas e chourizo Sobremesa de Entroido

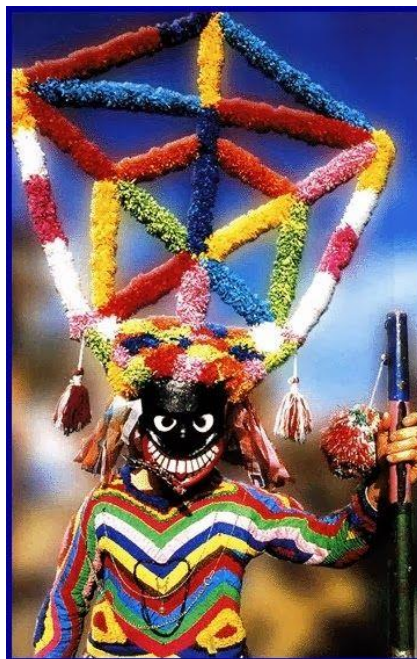
Febreiro: mes do Entroido no comedor do CEIP Canosa-Rus!

O entroido, antroido, entroiro, entruído o entrudío é unha festa popular de carnaval en Galicia, con tintes particulares e diferenciados entre as diversas localidades: os cigarróns en Verín, o boteiros en Viana do Bolo, os peliqueiros en Laza, as pantallas en Xinzo de Limia,...

Parte das características que arrodean as festas do entroido é a idea de comer e beber ben ata encherse.

Durante as festas tómanse grandes cantidades dos tradicionais chourizos, grelos, cachelos e lacóns, dos que gozaremos no noso menú especial de Entroido. As androllas e o caldo non faltan tampouco na maioría dos fogares xa que son perfectos para repoñer as forzas de toda a foliada destes días.

Tamén nestas datas se elaboran sobremesas especiais como as orellas e as filloas, que son os pratos máis típicos do Entroido.



Pero lembrade, que aínda que estas comidas e sobremesas son moi saborosas, temos que seguir facendo deporte ou calquera tipo de exercicio que contribúa a mellorar a nosa saúde.

Que viva o Entroido!