

MENÚ ESCOLAR XUÑO 2024



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

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
3	4	5	6	7
Crema de cabaza	Xudías verdes con ovo	Brócoli ao gratén	Ensalada de garavanzos con tomate, aguacate e queixo	Ensalada de pasta con tomate, olivas, cenoira, atún e maionesa
Xamón asado con cachelos	Marmitako de bonito	Hamburguesa á prancha con arroz branco		Bacallau ao forno con ensalada de leituga
Froita fresca	logur natural	Froita fresca	Peituga de polo á prancha con pataca frita	logur ecolóxico
			Froita fresca	
10	11	12	13	14
Ensalada de tomate, xarda en lata e queixo fresco	Fideuá mariñeira	Lentellas estofadas con verduras	Ensalada mixta de leituga, tomate, cebola, cenoira, ovo e queixo	Ensaladiña rusa
Tenreira asada con salsa de cenoira	Pescada en salsa verde	Pizza caseira de tomate, mozzarella e pavo	Salmón ao forno con pataca panadeira	Costela ao forno con pataca cocida
Froita fresca	logur ecolóxico	Froita fresca	logur natural	Macedonia de froita fresca
17	18	19	20	21
Sopa de fideos	Pastel de espinaca	Brócoli con ovo, xamón e allada	Canapés variados	Pastelón de bonito
Polo ao forno con ensalada de leituga, cebola e olivas	Milanesa de tenreira con ensalada de tomate	Bacallau á vizcaína	Lasaña caseira de carne e verduras	Tortilla española con ensalada de tomate e cebola
Froita fresca	Froita fresca	logur natural	Froita fresca	Xeado

*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