

# MENÚ ESCOLAR SETEMBRO 2024 – intolerancia a lactosa



LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>
Arroz 3 delicias 	Ensalada de tomate, queixo fresco sen lactosa e noces 	Ensalada de garavanzos con tomate, cenoura, olivas e queixo 	Espaguetis con salsa de tomate caseira 	Brócoli con ovo duro e allada 
Solombo de porco á prancha con ensalada de tomate 	Fideuá de marisco 	Salmón ao forno con pataca panadeira 	Raxo de pavo con ensalada de leituga e cebola 	Pizza caseira de tomate, queixo sen lactosa e xamón cocido 
Froita fresca	logur natural s/ lactosa	Froita fresca	logur natural s/ lactosa	Froita fresca
<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>
Ensalada mixta de leituga, tomate, cebola, remolacha, queixo sen lactosa e ovo duro 	Xudías verdes con xamón e allada 	Ensalada de tomate e sardiñas 	Lentellas estofadas con verduras	Chícharos con xamón 
Arroz con polo e verduras 	Guiso mariñeiro de chipiróns 	Guiso de tenreira con pataca e verduras	Pastelón caseiro de xamón e queixo sen lactosa 	Tortilla española con ensalada de leituga 
logur natural s/ lactosa	Froita fresca	Froita fresca	logur natural s/ lactosa	Froita fresca
<b>30</b>				
Ensaladiña rusa 				
Raxo de polo con ensalada de tomate 				
Froita fresca				

\*As elaboracións con froitos secos serviranse exentas destes a nenos/as menores de 5 anos