

# MENÚ ESCOLAR XUÑO 2024 – exento de porco e derivados



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

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
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
Peituga de pavo á prancha con cachelos	Marmitako de bonito	Hamburguesa de tenreira 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	
<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>
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
	Pescada en salsa verde	Pizza caseira de tomate, mozzarella e pavo	Salmón ao forno con pataca panadeira	Costela de tenrería ao forno con pataca cocida
Tenreira asada con salsa de cenoira	logur ecolóxico	Froita fresca	panadeira	Macedonia de froita fresca
Froita fresca			logur natural	
<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>
Sopa de fideos	Pastel de espinaca	Brócoli con ovo e allada	Canapés variados	Pastelón de bonito
	Milanesa de tenreira con ensalada de tomate	Bacallau á vizcaína	Lasaña caseira de carne de tenreira e verduras	Tortilla española con ensalada de tomate e cebola
Polo ao forno con ensalada de leituga, cebola e olivas	Froita fresca	logur natural	Froita fresca	Xeado
Froita fresca				

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

Menús elaborados por Olga Yanes Marqués, dietista-nutricionista col nº GA00113