






MENÚ ESCOLAR SETEMBRO 2024



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

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
16	17	18	19	20
Tortilla de pataca e cabaciña con pementos de Padrón  logur natural 	"Sándwich" integral con tomate, aguacate e hummus de garavanzo  Plátano	Tiras de polo salteadas con pemento, cebola, cenoura e arroz branco Kiwi	Lentellas estofadas con vexetais e pataca Piña	Salmón á prancha con quinoa e cabaciña  logur con aveya e nozes 
23	24	25	26	27
Macarróns con pisto de verduras e melva  Kiwi	Tortilla francesa con ensalada de figos, remolacha, queixo de cabra e nozes  Chocolate negro	Ensalada de garavanzos, aguacate, tomate, cebola, cogombro e queixo  Figos	Luras fritas con arroz de coliflor  logur natural con améndoas e uvas 	Torrada con guacamole  Crema de lentella vermella, alporro, cebola e boniato logur natural con uvas 
30				
Pizza caseira con tomate, mozzarella, champiñóns, pemento vermello en tiras e ovo á prancha  Kiwi				

*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