



Guía de axuda para programar os menús escolares

MES DE ABRIL DE 2022 – XUNTA DE GALICIA

				DÍA 1 Ensalada de pasta (glute) Repolo con patacas, ovo cocido e chourizo (ovo) Froita
			Lasaña de cabaciña e atún + lácteo	Lombo de porco a prancha con espárragos brancos + froita
DÍA 4 Crema de cabaza e cabaciña (apio) Filete de pescada con salsa primavera e patacas (peixe) logur (leite)	DÍA 5 Caldo galego Macarróns con salmón o allo (peixe) Froita	DÍA 6 Sopa de pasta (apio, glute) Paella de carne Froita	DÍA 7 Ensalada rusa (ovo, peixe) Potaxe de garavanzos con carne Froita	DÍA 8 Crema de coliflor e cenoria (apio) Tortilla de pataca con champiñóns e xamón cocido (ovo) Froita
Salteado de verduras con xamón e ovo cocido + froita	Crema de cabaza con picatostes e xamón + lácteo	Filete de pescada con ensalada + froita	Puré de verduras con picatostes + froita	Crema de cabaciña con queixiño + froita
DÍA 11 Festivo Semana Santa	DÍA 12 Festivo Semana Santa	DÍA 13 Festivo Semana Santa	DÍA 14 Festivo Semana Santa	DÍA 15 Festivo Semana Santa
DÍA 18 Festivo Semana Santa	DÍA 19 Ensalada rusa (ovo, peixe) Lentellas con verduriñas e carne Froita	DÍA 20 Arroz tres delicias (ovo) Verzas con patacas, ovo cocido e chourizo (ovo) logur (leite)	DÍA 21 Crema de verduras (apio) Canelóns con bechamel (glute, leite, crustáceos, moluscos e soia) Froita	DÍA 22 Xudías verdes con xamón Filete de pescada a galega con patacas (peixe) Froita
	Tortilla francesa de xamón + froita	Lasaña de verduras + froita	Filete de pescada con espinacas + lácteo	Lombo a prancha con cabaciña e tomate + froita
DÍA 25 Crema de cabaciña (apio) Macarróns con polo (glute) Froita	DÍA 26 Crema de cenoria (apio) Filete de pescada a vizcaina con patacas (peixe) Froita	DÍA 27 Sopa de fideos (glute, apio) Lombo de porco o forno con arroz (sulfitos) Froita	DÍA 28 Crema de cabaza e cabaciña (apio) Espaguetes con atún (glute, peixe) logur (leite)	DÍA 29 Ensalada de pasta (glute) Fabas con verduriñas e carne Froita
Dorada o limón con pataca panadeira + froita	Filete de croca de tenreira con ensalada de tomate + froita	Hamburguesa de salmón e espinacas + froita	Milfollas de berenxena, xamón e queixo + iogur	Xudías con ovo cocido e peixe rebozado + lácteo