



CONCELLO LUGO

MARZO 2023

LUNS

27/02/2023

MARTES

28/02/2023

MÉRCORES

01/03/2023

XOVES

02/03/2023

VENRES

03/03/2023

Semana 1

XUDIAS SALTEADAS

GARAVANZOS CON VERDURAS

BRECOL A CASEIRA

ALBONDEGAS CON TOMATE

REDONDO DE PESCADA A MARIÑEIRA

TAQUIÑO DE POLO GUISADO CON MACARRONS

ARROZ

PATACA COCIDA

FROITA

IOGUR

FROITA

06/03/2023

07/03/2023

08/03/2023

09/03/2023

10/03/2023

LENTELLAS CON CHOURIZO

CREMA DE CENORIA

SOPA DE FIDEOS

CREMA DE COLIFLOR E MAZA

PASTA SALTEADA CON VERDURAS

TORTILLA DE CABACIÑA

PESCADA O FORNO

POLO O CHILINDRON

RAGOUT DE PORCO CON PATACAS

XARDA EN SALSA DE LIMÓN

TOMATE NATURAL

LEITUGA, MILLO E OLIVAS

ARROZ CON VERDURAS

LEITUGA, MILLO E CENORIA

FROITA

IOGUR

FROITA

IOGUR

FROITA

13/03/2023

14/03/2023

15/03/2023

16/03/2023

17/03/2023

POTAXE DE LENTELLAS CON CHOURIZO

SOPA DE ESTRELIÑAS

CALDO VEXETAL CON FABAS DE LOURENZA

XUDIAS CON ALLADA

CREMA DE CABAZA

FILETE DE PESCADA A MARIÑEIRA

POLO ASADO

FILETE RUSO EN SALSA CASTELLANA

GALLO SAN PEDRO

TORTILLA DE PATACA

PATACAS O VAPOR

VERDURIÑAS (con pataca)

ARROZ

CODIÑOS SALTEADOS

TOMATE NATURAL

IOGUR

FROITA

IOGUR

FROITA

IOGUR

20/03/2023

21/03/2023

22/03/2023

23/03/2023

24/03/2023

GARAVANZOS ESTUFADOS

ESPIRAIS O FORNO

SOPA DE VERDURAS

FABAS ESTUFADAS

CREMA DE CABACIÑA

LOMBO ADUBADO

GUISO DE CALAMARES CON PATACAS

TENREIRA GOVERNADA CON ARROZ

TORTILLA DE ATÚN

PUCHERO DE POLO CON PATACAS

VERDURAS

LEITUGA E MILLO

IOGUR

FROITA

FROITA

FROITA

IOGUR

27/03/2023

28/03/2023

29/03/2023

30/03/2023

31/03/2023

CREMA DE VERDURAS

CHÍCHAROS CON XAMÓN

LENTELLAS VEXETAIS

XUDIAS CON CHOURIZO

SOPA DE PIÑONS

PESCADA O FORNO

CALDERETA DE TENREIRA CON FIDEOS

ARROZ CON BACALLAO

MACARRONS CON BOLOÑESA VEXETAL

POLO AS FINAS HERBAS

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS VERDES

PATACAS E CHICHAROS

FROITA

FROITA

IOGUR

FROITA

IOGUR