



Xunta de Galicia
CONSELLERÍA DE
EDUCACIÓN E O. U.

IES DE FOZ
RÚA CASTELAO, S/N, 27780 FOZ (LUGO)
TFNO.: 982 141544
FAX: 982 132839
www.lesfoz.org
les.foz@edu.xunta.es



FEBREIRO 2022

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
<p>31</p> <p>FIDEUA DE MEXILLÓNS ALBONDEGAS A ESPAÑOLA G/ PATACAS MACEDONIA MAZA</p>	<p>1</p> <p>COLIFLOR REFOGADA POTAS GUIADAS G/ARROZ PILAF KIWI</p>	<p>2</p> <p>CROQUETAS DE XAMÓN ATÚN A PRANCHA G/ ENSALADA DE TOMATE TORTA DE QUEIXO</p>	<p>3</p> <p>CANELÓNS CON ESPINACAS COSTELETA DE PORCO G/ BATATA ASADA AO FORNO PIÑA</p>	<p>4</p> <p>ESPAQUETES A ITALIANA PESCADA CANTÁBRICA CON GAMBÓN E MEXILLÓNS G/ CHICHARO E ESPÁRRAGO LARANXA</p>
<p>7</p> <p>SALPICÓN DE PEIXE E MARISCO CALDEIRETA DE CORDEIRO G/ PAN, MENESEIRA XEADO</p>	<p>8</p> <p>CREMA DE AVE RAIÑA FRITURA DE PEIXE VARIADA G/ ENSALADA DE TOMATE, ACEITUNAS NEGRAS Y ALCAPARRA MAZA</p>	<p>9</p> <p>MARMITAKO PORCO ASADO G/ REPOLO REFOGADO TORTA DE COCO</p>	<p>10</p> <p>ARROZ CALDOSO CON COELLO CHOCOS AO FORNO G/ ESPINACAS SALTEADAS CON PASAS E NOCES PEXEGOS</p>	<p>11</p> <p>MINESTRONE MILANESA POPIETAS DE TENREIRA ANANÁS, TOMATE GRILL, COGOMELOS PERA</p>
<p>14</p> <p>PATACAS A RIOXANA LOMBOS DE DOURADA GABARDINA G/ ENSALADA, LIMÓN PLATANO</p>	<p>15</p> <p>FABAS PINTAS CON VERDURAS XAMONCIÑOS DE POLO AO FORNO G/ PASTA SALTEADA FRESON</p>	<p>16</p> <p>CREMA DE CABAZA XURELO AO FORNO G/ PATACAS PANADEIRA FILLOAS</p>	<p>17</p> <p>CHICHAROS CON XAMÓN E CHOURIZO PESCADA A PRANCHA G/ ESPÁRRAGOS GRATINADOS BOL DE MELÓN</p>	<p>18</p> <p>POTAS CON CARACOLAS BITOKES DE TENREIRA G/ PURÉ DUQUESA MANDARINA</p>
<p>21</p> <p>CANELÓNS VIXILIA COCHIFRITO ESTILO CUENCA G/ GARAVANZOS FRITOS MAZA</p>	<p>22</p> <p>SOPA DE VERDURAS CON ARROZ PESCADA AO FORNO CON XAMÓN E QUEIXO G/ RODAS DE CABCAGIÑA E CENORIA IOGUR</p>	<p>23</p> <p>ENSALADA MIXTA POLO ASADO G/ PATACAS PALLA ORELLAS DE CARNAVAL</p>	<p>24</p> <p>FABADA ASTURIANA FILETE DE PORCO EMPANADO G/ MENESEIRA PIÑA</p>	<p>25</p> <p>ARROZ À MILANESA ZARZUELA DE PEIXES E MARISCOS XEADO</p>
<p>28</p> <p>ENTROIDO</p>	<p>1</p> <p>ENTROIDO</p>	<p>2</p> <p>ENTROIDO</p>	<p>3</p> <p>MACARRÓNS CON TOMATE FILETES DE PAVO À PRANCHA G/ PISTO FROITA VARIADA</p>	<p>4</p> <p>OVOS AO PRATO FLAMENCA PESCADA CALDO CURTO G/ HORTALIZAS, MAIONESA</p>