

**I.E.S. CELSO EMILIO FERREIRO**

**FEBREIRO 2023**

**LUNS**

**MARTES**

**MÉRCORES 1**

**XOVES 2**

**VENRES 3**

Para a cea aconsellámoste

**LUNS 6**

**MARTES 7**

**MÉRCORES 8**

**XOVES 9**

**VENRES 10**

LENTELLAS CON VERDURAS E  
ARROZ  
TORTILLA PAISANA  
ENSALADA (leituga, tomate e  
cebola)  
FROITA

Para a cea aconsellámoste

PESCADA AO VAPOR  
LÁCTEO

**LUNS 13**

**MARTES 14**

**MÉRCORES 15**

**XOVES 16**

**VENRES 17**

ESPAGUETES CON SALSA DE  
TOMATE  
PAVO AO FORNO

ENSALADA (leituga, mazá e millo)

FROITA

Para a cea aconsellámoste

PESCADA COCIDA  
LÁCTEO

**LUNS 20**

**MARTES 21**

**MÉRCORES 22**

**XOVES 23**

**VENRES 24**

Para a cea aconsellámoste

**LUNS 27**

**MARTES 28**

**MÉRCORES**

**XOVES**

**VENRES**

CHÍCHAROS CON XAMÓN

CANELÓNS DE ATÚN E VERDURAS

FROITA

Para a cea aconsellámoste

PEITUGA DE PAVO  
LÁCTEO