

I.E.S. CELSO EMILIO FERREIRO

MARZO 23

LUNS 27

MARTES 28

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

MINISTRA DE VERDURAS CON
OVO COCIDO

ARROZ CON TENREIRA E
VERDURAS

FROITA

Para a cea aconsellámoste

LURAS Á PRANCHA
LÁCTEO

LUNS 20

MARTES 21

MÉRCORES 22

XOVES 23

VENRES 24

CREMA DE VERDURAS
MILANESA DE POLO

ENSALADA (pataca, pemento,
remolacha e tomate)

FROITA

Para a cea aconsellámoste

RAPANTE Á PRANCHA
LÁCTEO

LUNS 27

MARTES 28

MÉRCORES 29

XOVES 30

VENRES 31

CALDO DE REPOLO

LOMBO DE PORCO

ARROZ CON PEMENTOS

FROITA

Para a cea aconsellámoste

ENSALADA CON FROITOS SECOS E ATÚN
LÁCTEO