

PROPUESTA DE CENAS ROTATIVO VERANO



www.gastronomic.es



| SEMANA 1 | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|--|-------|---|---|--|---|
| 1º SOPA DE ESTRELLAS | | 1º PATATAS GRATINADAS | 1º CREMA DE PUERROS | 1º ACELGAS REHOGADAS CON PATATA | 1º SALTEADO DE ZANAHORIA Y MAIZ |
| 2º MERLUZA EN SALSAS VERDE | | 2º TORTILLA DE PAVO CON LECHUGA Y ACEITUNAS | 2º LOMO AL HORNO CON MENESTRA | 2º LENGUADO AL HORNO CON ARROZ | 2º HUEVOS REVUELTOS CON QUESO Y JAMÓN |
| SEMANA 2 | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
| 1º CREMA DE CALABACÍN | | 1º QUINOA CON VERDURAS | 1º JUDÍAS VERDES CON JAMÓN | 1º SOPA JULIANA | 1º ENSALADA DE PASTA |
| 2º FRITATA CON ENSALADA | | 2º SALMONETES A LA ANDALUZA CON CHAMPIÑONES AL AJILLO | 2º ARROZ ORIENTAL | 2º TERNERA EN SU JUGO CON PATATA PANADERA | 2º BACALADILLA AL HORNO CON SALSAS DE SETAS |
| SEMANA 3 | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
| 1º MENESTRA DE VERDURAS | | 1º PAELLA | 1º SOPA DE PICADILLO | 1º JUDÍAS VERDES REHOGADAS | 1º ENSALADILLA RUSA |
| 2º ESCALOPINES AL LIMÓN CON ENSALADA | | 2º RODAJA DE MERLUZA MEUNIERE | 2º JAMONCITOS DE POLLO EN SALSAS CON PATATAS | 2º TERNERA SALTEADA CON CALABACÍN | 2º TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA |
| SEMANA 4 | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
| 1º TEMPURA DE VERDURA | | 1º CALABACIN RELLENO | 1º PASTA PRIMAVERA | 1º VERDURAS GRATINADAS | 1º CREMA DE VERDURAS |
| 2º BACALAO EN SALSAS CON CHAMPIÑONES Y PATATA | | 2º SEPIA AL AJILLO CON ALI-OLI | 2º TORTILLA DE PATATA CON GUISANTES REHOGADOS | 2º ALITAS DE POLLO CON PIPERRADA | 2º DORADA AL HORNO CON ENSALADA |
| SEMANA 5 | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
| 1º PASTA CARBONARA | | 1º TABOULE | 1º HUMMUS CON CRUDITÉS | 1º CREMA DE ZANAHORIA | 1º ARROZ A LA MILANESA |
| 2º LENGUADO AL HORNO CON ENS. DE PICO DE GALLO | | 2º REVUELTO DE AJETES CON ZANAHORIA ESPECIADA | 2º ALBÓNDIGAS A LA CAZADORA CON ENSALADA | 2º MERLUZA A LA ANDALUZA CON LECHUGA Y REMOLACHA | 2º ESCALOPE DE POLLO CON ENSALADA |