

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 VERDES		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