

3 octubre 2018

MENÚ VERANO I.E.S. SOBRARBE

PRIMERA SEMANA <i>LUNES</i>	<i>MARTES</i>	<i>MIÉRCOLES</i>	<i>JUEVES</i>	<i>VIERNES</i>
Lentejas estofadas	Ensalada de pasta	Coliflor gratinada	Ensalada de garbanzos	Paella de verduras
Longaniza con ensalada de tomate	Bacalao a la riojana	Pollo al chilindrón	Merluza gratinada con lechuga	Ternera a la plancha con ensalada mixta
Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Lácteo	Frutero multicolor o macedonia
SEGUNDA <i>LUNES</i>	<i>MARTES</i>	<i>MIÉRCOLES</i>	<i>JUEVES</i>	<i>VIERNES</i>
Ensalada aragonesa	Arroz a la cubana	Ensaladilla rusa	Guisantes con patatas y jamón	Verdura de temporada* con patata
Rabas de calamar con limón	Bacalao al horno con pisto de verduras	Costilla al horno con ensalada de tomate	Merluza a la romana con ensalada mixta	Albóndigas de pavo con salsa de tomate
Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Lácteo	Frutero multicolor o macedonia
TERCERA <i>LUNES</i>	<i>MARTES</i>	<i>MIÉRCOLES</i>	<i>JUEVES</i>	<i>VIERNES</i>
Lentejas con arroz	Fideuá de verduras	Arroz tres delicias	Verdura de temporada* con patata	Ensalada de alubias y queso fresco
Huevos al plato con chorizo y panceta	Merluza a la romana con limón	Pollo asado con ensalada de tomate	Bacalao rebozado con ensalada mixta	Caldereta de cordero
Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Lácteo	Frutero multicolor o macedonia
CUARTA <i>LUNES</i>	<i>MARTES</i>	<i>MIÉRCOLES</i>	<i>JUEVES</i>	<i>VIERNES</i>
Macarrones napolitana	Crema de verduras	Ensalada de lentejas	Arroz integral refrito con ajo	Verdura de temporada* con patata
Salchichas de ave con lechuga	Atún a la portuguesa	Ternera guisada	Salmón o trucha asalmonada encebollada al horno	Hamburguesa con salsa de tomate
Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Lácteo	Frutero multicolor o macedonia

*.- Acelga, borraja, col de pella, etc...

Todos los menús son acompañados de pan.