

# PROPUESTA DE CENAS ROTATIVO VERANO



www.gastronomic.es



SEMANA 1	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES				
1º ARROZ TRES DELICIAS	2º POLLO A LA PLANCHA CON CHAMPIÑONES AL AJILLO	1º CALABACÍN RELLENO DE VERDURAS	2º BOQUERONES A LA ANDALUZA CON ENSALADA DE PEPINO Y QUESO	1º MENESTRA DE VERDURAS REHOGADA	2º HUEVOS REVUELTOS CON PAVO Y QUESO Y TOSTA DE PAN	1º VICHYSOISE	2º GALLO A LA MEUNIERE CON PATATA COCIDA	1º TALLARINES ORIENTALES CON BRÓCOLI Y ZANAHORIA	2º LOMO EN SU JUGO CON ENSALADA
SEMANA 2	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES				
1º TEMPURA DE VERDURAS	2º TORTILLA FRANCESA CON BONIATO ASADO	1º SOPA DE FIDEOS	2º SALMÓN A LA PLANCHA CON SALSA MIEL Y MOSTAZA Y ZANAHORIA BABY	1º ENSALADA DE COUS COUS	2º ALITAS DE POLLO ASADAS CON TOMATE AL HORNO	1º GAZPACHO CON PICATOSTES	2º HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA CON PURÉ DE PATATA	1º JUDÍAS VERDES REHOGADAS	2º DELICIAS DE MERLUZA CON PASTA AL AJILLO
SEMANA 3	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES				
1º ARROZ FRITO CON VERDURAS	2º HUEVOS RELLENOS CON ATÚN, TOMATE Y MAYONESA	1º GUISANTES ENCEBOLLADOS	2º CONTRAMUSLO DE POLLO A LA PLANCHA CON PATATA AL VAPOR CON PIMENTÓN	1º ENSALADA CÉSAR CON SALSA DE YOGUR Y PICATOSTES	2º BACALAO CON TOMATE Y VERDURITAS	1º CREMA FRÍA DE VERDURAS	2º ROTTI DE PAVO CON SALSA DE ZANAHORIA Y PATATAS BASTÓN	1º SOPA JULIANA CON FIDEOS	2º TOSTA DE TOMATE, AGUACATE Y HUEVO POCHÉ
SEMANA 4	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES				
1º BRÓCOLI AL AJILLO	2º FAJITAS DE POLLO CON VERDURAS	1º DELICIAS DE BERENJENA A LA MIEL	2º MERLUZA A LA PLANCHA CON AJITO Y PEREJIL Y COUS COUS SALTEADO	1º SALMOREJO CON PICATOSTES	2º TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA GRIEGA	1º ESPINACAS GRATINADAS CON BECHAMEL	2º PAVO SALTEADO CON SALSA DE SOJA Y CALABACÍN	1º ENSALADA AMERICANA	2º PALOMETA EN SALSA VERDE CON PATATITA COCIDA
SEMANA 5	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES				
1º SOPA DE LETRAS	2º TIRAS DE TERNERA SALTEADAS CON VERDURAS	1º CREMA DE CALABACÍN CON QUESO	2º SALMÓN A LA PLANCHA CON ENELDO Y BONIATO EN BASTONES	1º ARROZ CREMOSO DE CALABAZA	2º HUEVOS REVUELTOS CON ENSALADA DE TOMATE	1º MENESTRA DE VERDURAS CON JUDÍAS VERDES	2º MERLUZA A LA ROMANA CON PATATA COCIDA	1º ENSALADILLA RUSA	2º PECHUGA DE POLLO MARINADA A LA PLANCHA CON ZANAHORIA SALTEADA