Colegio
FUHEM
Montserrat

C/. Juan Esplandiú, 2 bis.
28007 - MADRID
Telf: 91 573 75 07
infocomedor@colegiomontserrat.fuhem.es

PROPUESTA DE CENAS
ROTATIVO INVIERNO



Gastronomic

www.gastronomic.es

SEMANA 1	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	1º SOPA DE FIDEOS Y VERDURAS 2º MERLUZA A LA MEUNIERE	1º ARROZ TRES DELICIAS 2º POLLO MIEL Y MOSTAZA	1ºJUDÍAS VERDES CON JAMÓN 2º CINTA DE LOMO CON PATATAS	1º CREMA DE CALABACÍN 2º TORTILLA FRANCESA CON TRIGUEROS	1º MENESTRA DE VERDURAS REHOGADA 2º GALLO EN SALSA VERDE
SEMANA 2	**LUNES**	**MARTES**	**MIÉRCOLES**	**JUEVES**	**VIERNES**
	1ºBERENEJENA RELLENA 2º HUEVOS REVUELTOS CON CHERRYS	1º GUISANTES ENCEBOLLADOS 2º PAVO EN SALSA DE VERDURAS	1º CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA 2º CERDO AGRIDULCE	1º JUDÍAS VERDES CON SALSA ORIENTAL 2º TIRA DE POLLO SALTEADAS CON VERDURAS	1º SOPA DE ESTRELLAS 2º BACALADITOS A LA ROMANA CON ENSALADA
SEMANA 3	**LUNES**	**MARTES**	**MIÉRCOLES**	**JUEVES**	**VIERNES**
	1º ARROZ MELOSO CON CALABAZA 2º SALMÓN AL HORNO CON SALSA DE YOGUR	1º ALCACHOFAS CON JAMÓN 2º CONTRAMUSLO DE POLLO Y PATATAS	1º ESPINACAS A LA CREMA 2º TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA	1º CREMA DE CALABACÍN 2º FILETE DE TERNERA CON ENSALADA	1º PASTA CARBONARA 2º MEDALLÓN DE MERLUZA EN SALSA VERDE CON GUISANTES
SEMANA 4	**LUNES**	**MARTES**	**MIÉRCOLES**	**JUEVES**	**VIERNES**
	1º PISTO DE VERDURAS 2º TERNERA EN SALSA CON ARROZ	1º ACELGAS GUISADAS 2º CALAMARES A LA ROMANA CON ENSALADA	1º SOPA MARAVILLA 2º ROTTI DE PAVO EN SALSA DE ZANAHORIA CON PATATAS	1º GUISANTES A LA FRANCESA 2º LUBINA AL HORNO CON CAMA DE VERDURAS	1º CREMA DE VERDURAS 2º HUEVOS REVUELTOS CON GAMBAS SALTEADAS
SEMANA 5	**LUNES**	**MARTES**	**MIÉRCOLES**	**JUEVES**	**VIERNES**
	1º MENESTRA DE VERDURAS 2º BACALAO AL HORNO CON ENSALADA DE TOMATE	1º CODITOS SALTEADOS CON TOMATE 2º FAJITAS DE POLLO CON GUACAMOLE	1º BRÓCOLI CON AJADA 2º DORADA A LA PLANCHA CON BASTONES DE CALABACÍN	1º CREMA DE CALABACÍN 2º ESTOFADO DE TERNERA CON PATATA DADO	1º SOPA DE VERDURAS Y PASTA 2º TORTILLA FRANCESA RELLENA DE QUESO Y JAMÓN