

MENÚ SUGERENCIAS DE CENAS JUNIO



ALAMEDA
INTERNATIONAL
SCHOOL

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

3
BRÓCOLI REHOGADO CON AJITO
ALITAS DE POLLO AL LIMON CON
TOMATE ALINADO
FRUTA

4
ENSALADA CON PATATA
HAMBURGUESA DE TERNERA CON
CEBOLLA CARAMELIZADA
FRUTA

5
ACELGAS REHOGADAS CON
ZANAHORIA
REVUELTO DE QUESO CON
ENSALADA
FRUTA

6
ENSALADA VERDE
CHULETA DE CERDO A LA RIOJANA
CON GUISANTES
FRUTA

7
CREMA DE CALABAZA
BACALAO A LA ROMANA CON
ENSALADA
YOGUR

10
PISTO DE VERDURAS CON HUEVO
FRITO Y PATATITAS DADO
FRUTA

11
COLIFLOR AL GRATÉN
COSTILLAS DE CERDO ASADAS CON
ENSALADA DE MAIZ
FRUTA

12
ENSALADA CAPRESSE (TOMATE Y
QUESO FRESCO)
TORTILLA DE CHAMPIÑON Y CEBOLLO
FRUTA

13
WOK DE PASTA CON VERDURAS,
TIRAS DE TERNERA Y SALSA DE SOJA
FRUTA

14
CREMA DE LEGUMBRE
EMPANADA CASERA DE ATÚN
YOGUR

17
MENESTRA DE VERDURAS
SALMÓN AL HORNO CON STICK DE
BONIATO ASADO
FRUTA

18
ENSALADA CESAR CON DADOS DE
PECHUGA DE POLLO Y CROUTTONS
FRUTA

19
LOMBARDA REHOGADA CON
MANZANA
CHULETA DE CERDO AL AJILLO
YOGUR

20
ARROZ SALTEADO CON VERDURAS
MERLUZA A LA PLANCHA CON
PIMIENTOS ASADOS
FRUTA

21
GUISANTES SALTEADOS CON BACON
TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA
DE TOMATE
HELADO CASERO DE FRUTA

24
VACACIONES

25
VACACIONES

26
VACACIONES

27
VACACIONES

28
VACACIONES

