



Menús del Mes de Septiembre 2020

Restaurante Bar "SUR"

Servicio a Domicilio



Nombre y apellidos:								
Direccion:								
Semana 1		Martes 1	Miércoles 2	Jueves 3	Viernes 4	Sábado 5	Domingo 6	
Basal								
Primeros		Patatas a la riojana	Lentejas con arroz y verduras	Guiso de patata con zanahoria y guisantes	Espaguetis a la carbonara	Alubias blancas con almejas	Paella de pescado	
		Tallarines con pollo y verduras	Ensalada tropical	Puré de calabacín con arroz	Crema de brócoli	Consomé al jerez	Crema de maíz y patata	
		Brócoli rehogado	Espárragos con mahonesa	Coliflor rehogada con pimentón	Revolconas	Pastel de verduras y patatas al horno	Ensalada campera con vinagreta	
Segundos		Salchichas al vino	Muslo de pollo al romero	Lomo de cerdo especiado al horno	Magro guisado	Alitas de pollo con salsa de tomate	Costillas al horno con patata y cebolla	
		Bacalao con tomate	Mero al horno con ajo y perejil	Sardinias al horno con limón	Pescadilla en salsa verde	Rape con patatas panaderas	Caballa al ajillo	
		Patata asada con huevo	Tortilla francesa con champiñones	Croquetas de bacalao	Canelón de carne	Mejillones a la vinagreta	Tortilla francesa de jamón cocido	
Semana 2		Lunes 7	Martes 8	Miércoles 9	Jueves 10	Viernes 11	Sábado 12	Domingo 13
Basal								
Primeros		Risotto de setas	Judías del Barco	Patatas con costillas	Macarrones con atún	Lentejas de la huerta	Salmorejo	Fideuá de pollo
		Patatas marineras	Sopa de pescado	Puré de coliflor	Guisantes salteados con jamón	Sopa de fideos	Patatas guisadas con alcachofas	Crema de zanahorias a la naranja
		Espárragos verdes gratinados	Puré de verduras	Acelgas con tomate	Pisto de Berenjena	Champiñones rellenos	Espinacas a la crema	Ensaladilla rusa
Segundos		Albóndigas en salsa de verduras	Ternera en salsa de zanahoria	Contramuslo de pollo a la cerveza	Solomillo de cerdo con verduras	Escalopines de jamón	Pollo al limón	Redondo de ternera asado al horno
		Merluza a la gallega	Emperador al horno con patatas	Lenguado al horno con verduras	Abadejo en salsa blanca	Albóndigas de merluza	Salmón a la naranja	Bacalao a la vizcaina
		Croqueta de pollo	Tortilla de patata	Pimiento relleno de bacalao	Lasaña de verduras	Revuelto de trigueros	Empanadilla de atún	Tortilla de patata y espárragos

Semana 3 Basal	Lunes 14	Martes 15	Miércoles 16	Jueves 17	Viernes 18	Sábado 19	Domingo 20
Primeros	Garbanzos con callos	Espirales con atún	Lentejas con costillas	Judías verdes con patata	Alubias blancas con arroz y verduras	Macarrones a la boloñesa	Paella mixta
	Menestra de verduras	Puré de calabaza	Crema de calabacín	Sopa castellana	Sopa de estrellas	Ensalada César	Vichyssoise
	Espárragos verdes gratinados	Rehogado de guisantes	Patatas alioli	Berenjena rebozada	Arroz cinco delicias	Crema de pollo y verduras	Patatas con carne
Segundos	Conejo guisado con vino blanco	Secreto con salsa Stroganoff	Ragout de ternera	Mollejas al ajillo	Pollo en salsa de champiñones	Chuleta de Sajonia	Pavo con panaderas
	Mero al horno con cebolla	Sardinias al horno con ajo y romero	Pescadilla en salsa de tomate	Rape con salsa americana	Caballa encebollada	Merluza con guisantes	Emperador con verduras
	Croquetas de jamón	Pimiento relleno de atún	Lasaña de carne	Empanada de atún	Tortilla paisana	Empanadilla de carne	Cazón en adobo

Semana 4 basal	Lunes 21	Martes 22	Miércoles 23	Jueves 24	Viernes 25	Sábado 26	Domingo 27
Primeros	Coles de Bruselas rehogadas	Salpicón	Sopa de ajo	Espaguetis con pollo	Judías pintas con morcilla	Crema de setas	Arroz con costilla
	Sopa de arroz	Crema de zanahoria	Coliflor con especias	Sopa marinera	Gazpacho	Consomé de verduras	Tallarines con atún y huevo
	Ensaladilla de patata	Porrusalda	Arroz 3 delicias	Calabacín rebozado	Sopa de pollo	Guiso de repollo y patata	Judías verdes salteadas con jamón
Segundos	Redondo de ternera asado al horno	Pollo guisado con zanahorias	Conejo con ajo y tomillo	Solomillo con salsa de setas	Oreja de cerdo en salsa	Pollo a la naranja	Escalope de ternera a la mostaza
	Lenguado en salsa blanca	Abadejo con salsa de perejil	Salmón al horno con cebolla	Bacalao a la gallega	Mero al horno con refrito de ajos	Sardinias en escabeche sobre	Pescadilla al horno con pimientos
	Huevos a la gallega	Lasaña de espinacas	Revuelto de morcilla	Tortilla de jamón y queso	Croqueta de chipirón en su tinta	Lacón con pipirrana	Canelón de atún

Semana 5 basal	Lunes 28	Martes 29	Miércoles 30				
Primeros	Garbanzos con bacalao	Lentejas con jamón	Arroz a la cubana				
	Sopa de picadillo	Sopa de cebolla	Coliflor al curry				
	Alcachofas guisadas con verduras	Ensalada de pasta y mar	Sopa Minestrone				
	Lomo a la cerveza	Roti de pavo con salsa de zanahoria	Ternera con guisantes				

Segundos	Rape con cebolla y gambas	Caballa al horno	Merluza en salsa verde				
	Huevos escalfados con salsa de tomate	Calamares a la romana	Tortilla de espárragos trigueros				