



Menús del Mes de Marzo 2021 Restaurante Bar "SUR" Servicio a Domicilio



Semana 1 Basal	Lunes 1	Martes 2	Miércoles 3	Jueves 4	Viernes 5	Sábado 6	Domingo 7
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	Sopa de tomate	Vichyssoise
	Espárragos verdes gratinados	Rehogado de guisantes	Patatas alioli	Berenjena rebozada	Arroz cinco delicias	Crema de garbanzos	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	Sardinas 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 2 Basal	Lunes 8	Martes 9	Miércoles 10	Jueves 11	Viernes 12	Sábado 13	Domingo 14
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	Guiso de repollo y patata	Sopa de pollo	Tallarines con atún y huevo
	Ensaladilla de patata	Porruas	Arroz tres delicias	Calabacín rebozado	Judías verdes salteadas con jamón	Escalibada	Consomé de verduras
Segundos	Ternera a la jardinera	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	Sardinas en escabeche sobre patatas	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 3 Basal	Lunes 15	Martes 16	Miércoles 17	Jueves 18	Viernes 19	Sábado 20	Domingo 21
Primeros	Garbanzos con bacalao	Lentejas con jamón	Arroz a la cubana	Estofado de alubias con oreja	Tallarines del mar	Guiso de arroz y guisantes	Fideuá de pescado
	Sopa de picadillo	Sopa de cebolla	Coliflor al curry	Crema fría de guisantes y queso fresco	Sopa de fideos y verduras	Salteado de verduras con ajo y jamón	Patatas guisadas con champiñones
	Alcachofas guisadas con verduras	Ensalada de pasta y mar	Sopa Minestrone	Berenjenas al ajo	Ensalada de pimientos	Crema de pollo y verduras	Sopa de calabacín y pollo
Segundos	Lomo a la cerveza	Roti de pavo con salsa de zanahoria	Ternera con guisantes	Alitas de pollo con tomillo	Secreto con cebolla confitada	Salchichas frescas con patatas	Jamoncitos de pollo en salsa
	Rape con cebolla y gambas	Caballa al horno	Merluza en salsa verde	Emperador al horno con pimientos	Lenguado al horno con cebolla	Tilapia con tomate	Tortilla francesa de gambas
	Huevos escalfados con salsa de tomate	Calamares a la romana	Tortilla de espárragos trigueros	Lasaña de atún	Croqueta de mejillón	Revuelto de ajetes y gambas	Calamares encebollados

Semana 4 Basal	Lunes 22	Martes 23	Miércoles 24	Jueves 25	Viernes 26	Sábado 27	Domingo 28
Primeros	Estofado de zanahorias y garbanzos	Arroz caldoso de pollo	Lentejas guisadas con orégano	Judías pintas con arroz	Macarrones con chorizo	Garbanzos con espinacas	Paella de pollo
	Sopa de tomate	Crema de espárragos blancos	Sopa de pasta	Puré de patata	Sopa de puerro y guisantes	Pisto de calabacín con arroz	Crema de coliflor
	Crema de guisantes	Patatas con calamares	Crema de alcachofas	Judías verdes con tomate	Marmitako	Ensalada de pasta y york	Patatas con bacalao
Segundos	Ternera en salsa con verduras	Magro con tomate	Lomo al horno con salsa de verduras	Guiso de lengua	Solomillo de cerdo a la naranja	Roti de pavo con salsa de verduras	Albóndigas en salsa verde
	Salmón en salsa de limón	Bacalao a la portuguesa	Mero con salsa de gambas	Filete de merluza con tomate	Pescadilla encebollada	Rape a la malagueña	Bacaladitos a la andaluza
	Huevo revuelto con champiñones y jamón	Canelón de espinacas	Lasaña Boloñesa	Huevo relleno de atún	Pimiento relleno de marisco	Tortilla de bacalao y patata	Escalope de lomo

Semana 5 Basal	Lunes 29	Martes 30	Miércoles 31				
Primeros	Estofado de alubias con patata	Patatas a la riojana	Lentejas con arroz y verduras				
	Sopa juliana	Tallarines con pollo y verduras	Alcachofas con jamón				
	Verduras salteadas	Brócoli rehogado	Espárragos con mahonesa				
Segundos	Chuletas de aguja en salsa	Salchichas al vino	Muslo de pollo al romero				
	Salmón a la plancha con puré de patata	Bacalao con tomate	Mero al horno con ajo y perejil				
	Huevos rellenos de lechuga	Patata asada con huevo	Tortilla francesa con champiñones				