



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



Semana 1 Basal		Martes 1	Miércoles 2	Jueves 3	Viernes 4	Sábado 5	Domingo 6	
Primeros		Salpicón	Sopa de ajo	Espaguetis con pollo	Judías pintas con morcilla	Crema de setas	Arroz con costilla	
		Crema de zanahorias	Coliflor con especias	Sopa marinera	Guiso de repollo y patata	Crema de calabacín	Tallarines con atún y huevo	
		Porrusalda	Arroz tres delicias	Calabacín rebozado	Judías verdes salteadas con jamón	Escalibada	Ensalada de Espirales con Atún	
Segundos		Pollo en salsa de ajillo	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	
		Tilapia con salsa de perejil	Salmón al horno con cebolla	Bacalao a la gallega	Mero al horno con refrito de ajos	Sardinas en escabeche sobre	Pescadilla al horno con pimientos	
		Lasaña de espinacas	Revuelto de morcilla	Tortilla de jamón y queso	Croqueta de chipirón en su tinta	Lacón con pipirrana	Canelón de atún	
Semana 2 Basal		Lunes 7	Martes 8	Miércoles 9	Jueves 10	Viernes 11	Sábado 12	Domingo 13
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 garbanzos	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	Albóndigas a la jardinera	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 con gambas
		Huevos escalfados con salsa de tomate	Calamares a la romana	Lasaña de Atún	Tortilla de espárragos trigueros	Croqueta de mejillón	Revuelto de ajetes y gambas	Calamares en su tinta

Semana 3 Basal	Lunes 14	Martes 15	Miércoles 16	Jueves 17	Viernes 18	Sábado 19	Domingo 20
Primeros	Judías pintas con arroz	Arroz caldoso de pollo	Lentejas guisadas con orégano	Estofado de zanahorias y garbanzos	Macarrones con chorizo	Garbanzos con espinacas	Paella de pollo
	Gazpacho	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	Salchichas frescas con patatas	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 4 basal	Lunes 21	Martes 22	Miércoles 23	Jueves 24	Viernes 25	Sábado 26	Domingo 27
Primeros	Estofado de alubias con patata	Tallarines con pollo y verduras	Lentejas con arroz y verduras	Guiso de patata con zanahoria y guisantes	Espaguetis a la carbonara	Alubias blancas con almejas	Paella de pescado
	Sopa juliana	Patatas a la riojana	Alcachofas con jamón	Puré de calabacín con arroz	Crema de brócoli	Ensalada de pasta	Crema de maíz y patata
	Verduras salteadas	Brócoli rehogado	Espárragos con mahonesa	Coliflor rehogada con pimentón	Revolconas	Pastel de verduras y patatas al horno	Ensalada campera con vinagreta
Segundos	Chuletas de aguja en salsa	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
	Salmón a la plancha con puré de patata	Bacalao con tomate	Mero al horno con ajo y perejil	Sardinas al horno con limón	Pescadilla en salsa verde	Rape con patatas panaderas	Caballa al ajillo
	Huevos rellenos de lechuga	Patata asada con huevo	Tortilla francesa con champiñones	Croquetas de bacalao	Canelón de carne	Mejillones a la vinagreta	Tortilla francesa de jamón cocido

Semana 5 basal	Lunes 28	Martes 29	Miércoles 30				
Primeros	Risotto de setas	Judías del Barco	Patatas con costillas				
	Patatas marineras	Sopa de pescado	Puré de coliflor				
	Espárragos verdes gratinados	Puré de verduras	Acelgas con tomate				
	Albóndigas en salsa de verduras	Ternera en salsa de zanahoria	Contramuslo de pollo a la cerveza				

Segundos	Merluza a la gallega	Emperador al horno con patatas	Lenguado al horno con verduras				
	Croqueta de pollo	Tortilla de patata	Pimiento relleno de bacalao				