

MENÚ DEL 3 DE SEPTIEMBRE AL 22 DE OCTUBRE DE 2025



 LYCÉE FRANÇAIS INTERNATIONAL MALAGA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Semana del 3 al 5 de septiembre	BACK TO SCHOOL 	Ensalada Cesar Espaguetis Carbonara de pavo  Fruta de temporada	Ensalada zanahoria - queso fresco  Berenjena rellena (ternera) / Patatas fritas Fruta ecológica	Porra Antequerana  Merluza al horno / Ensalada de arroz integral Cuajada	
Semana del 8 al 12 de septiembre	Festivo 	Ensalada iceberg, tomates cherry, queso Pechuga de pollo en salsa Soubise  / Coditos Fruta de temporada	Buñuelos de calabacín  Tortilla de patata / Pisto de verduras  Fruta de temporada	Gazpacho Andaluz  Estofado de ternera  / Quinoa  Fruta de temporada	Ensalada iceberg, maíz, bocas de mar, tomate, aceitunas  Bacalao a la vizcaina / Arroz blanco Fruta ecológica
Semana del 15 al 19 de septiembre	Ensalada garbanzos, tomate, maíz, remolacha Macarrones integrales con salsa ecológica de tomate y atún Fruta temporada	Ensalada Griega Pechuga de pollo en salsa de champiñones / Patatas panaderas Fruta ecológica	Ensalada Niçoise  Chili con carne (ternera) / Arroz blanco Fruta de temporada	Potaje de lentejas  vegetariano  Quiche de 4 quesos Fruta de temporada	Sabor a Andalucía Porra Antequerana  Rosada frita / Ensalada campera  Natilla con galleta 

Alérgenos: Huevo - Lácteos - Frutos secos



Menú vegetariano 

Comida casera 

Técnicas culinarias: Al horno - Guisado/Estofado - Fritura





LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

**Semana del
22 al 26 de
septiembre**

Ensalada *Caprese*
Chuleta de Sajonia /
Buñuelos de coliflor
Fruta de temporada



Ensalada iceberg,
maíz, aceitunas /
Camembert
Espaguetis Boloñesa
de champiñones
Fruta ecológica



Menú Indio



Sopa de puchero
Merluza al horno /
Ensaladilla rusa sobre
rodajas
de tomate
Fruta de temporada



Ensalada iceberg,
tomates cherry, queso
Muslitos de pollo en salsa
con guisantes y
zanahoria
/ Patatas guisadas
Fruta de temporada



**Semana del
29 de sept.
al 3 de
octubre**

Ensalada *Cesar*
Albóndigas de pollo /
Coditos integrales
Fruta de temporada



Potaje de lentejas
vegetariano
Tortilla francesa /
Judías verdes en salsa
ecológ. de tomate
Fruta de temporada



Ensalada de alubias,
tomate, maíz,
remolacha
Pizza *Prosciutto* de
pavo
Fruta de temporada



Crema de
calabacín ecólog.
Cordon bleu /
Patatas al horno con
finas hierbas
Fruta ecológica



Huevo *Mimosa*
Bacalao en salsa
ecológ. de tomate
/ Arroz blanco
Yogur griego con miel



**Semana del
6 al 10 de
octubre**

Cazuela de patatas y
ternera
Calamares a la romana
/ Zanahorias salteadas
Fruta de temporada



Sopa de puchero
Estofado de pavo
al curry /
Quinoa
Fruta ecológica



Hojaldre de espinacas /
queso de cabra
Tortilla de patata /
Pisto de verduras
Fruta de temporada



Crema de verduras
Salchichas de ave /
Ensalada de pasta
Fruta de temporada



Ensalada *Niçoise*
Rosada en salsa verde
/ Arroz integral
Yogur natural



Alérgenos: Huevo - Lácteos - Frutos secos



Menú vegetariano



Comida casera



Técnicas culinarias: Al horno - Guisado/Estofado - Fritura



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

**Semana del
13 al 17 de
octubre**



Ensalada iceberg,
maíz, aceitunas /
Camembert
 Paella de pollo
Fruta de temporada



Garbanzos con chorizo
Merluza al horno /
Ensalada zanahoria -
 queso fresco
Fruta de temporada



Ensalada *Caprese*
Pollo asado / Patatas
fritas
Fruta ecológica



Potaje de lentejas
vegetariano
Raviolis de verduras
asadas en salsa ecológ.
de tomate
Fruta de temporada



**Semana del
20 al 24 de
octubre**

Crema de calabaza
Fiambre de pavo en
 salsa *Soubise*
/ Arroz integral
Fruta de temporada



Ensalada iceberg, maíz,
bocas de mar, tomate,
aceitunas
 Espaguetis
 Boloñesa
Fruta de temporada



Sabor a Andalucía
 Potaje de alubias
Rosada frita /
 Ensaladilla sobre
rodajas de tomate
Fruta de temporada



Servimos pan integral
tres días/sem.



Un equipo de 5 personas prepara cada día nuestros menús (aprox. 600). La mayoría de nuestros platos son caseros. En el caso de algunos menús, (croquetas, albóndigas, hojaldres), recibimos los productos ya elaborados, pero los cocinamos in situ.



Utilizamos aceite de oliva
virgen extra para las
ensaladas.

Cada semana, el Liceo
propone un menú vegetariano.



Alérgenos: Huevo - Lácteos - Frutos secos



Técnicas culinarias: Al horno - Guisado/Estofado - Fritura

