

MENÚ DEL 3 DE NOVIEMBRE AL 9 DE ENERO DE 2026



 LYCÉE FRANÇAIS INTERNATIONAL MALAGA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Semana del 3 al 7 de noviembre	Ensalada de alubias, tomate, maíz, remolacha  Tortilla de patata /  Pisto de verduras Fruta de temporada	Ensalada iceberg, maíz, aceitunas / Camembert  Espaguetis Carbonara de pavo  Fruta de temporada	 Sopa de puchero Merluza al horno / Ensalada de tomate, atún, aceitunas Fruta de temporada	 Crema de verduras  Berenjena rellena (ternera) / Patatas fritas Fruta ecológica	Ensalada Niçoise Pechuga de pollo en  salsa Soubise / Arroz integral Yogur griego con miel
	  	 	 	  	  
Semana del 10 al 14 de noviembre	 Crema de calabaza  Calamares a la romana / Ensalada de pasta integral Fruta ecológica	 Potaje de lentejas vegetariano  Quiche de 4 quesos Fruta de temporada	Ensalada iceberg, tomates cherry, queso  Chili con carne (ternera) / Arroz blanco Fruta de temporada	 Sopa de puchero Salchichas de ave / Ensalada Caprese Fruta de temporada	 Huevo Mimosa   Muslitos de pollo / Patatas guisadas con zanahoria y guisantes Fruta de temporada
	 	   	  	 	 
Semana del 17 al 21 de noviembre	Ensalada griega  Paella de pollo Fruta de temporada	 Crema de calabacín ecológico  Espaguetis Boloñesa de champiñones Fruta de temporada	<u>Sabor a Andalucía</u>  Potaje de alubias Rosada frita /  Ensaladilla sobre rodajas de tomate Fruta ecológica	 Ensalada Cesar Estofado de ternera / Quinoa Fruta de temporada	 Ensalada zanahoria - queso fresco Pechuga de pollo en salsa de champiñones / Puré de patata Yogur griego con miel
	  	  	  	 	 

Alérgenos: Huevo - Lácteos - Frutos secos



Menú vegetariano



Comida casera



Técnicas culinarias: Al horno - Guisado/Estofado - Fritura





	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Semana del 24 al 28 de noviembre	Ensalada iceberg, maíz, bocas de mar, tomate, aceitunas  Estofado de pavo al curry / Coditos integrales Fruta de temporada  	Menú Mejicano 	 Potaje de lentejas vegetariano Canelones de espinacas Fruta de temporada    	  Vichyssoise Cordon bleu / Patatas al horno con finas hierbas Fruta ecológica    	  Sopa de puchero Bacalao a la vizcaina / Zanahorias salteadas Fruta de temporada  
	Ensalada Niçoise Macarrones integrales con salsa ecológica de tomate y atún Fruta ecológica  	  Crema de verduras Fiambre de pavo en salsa Soubise / Patatas panaderas Fruta de temporada   	  Potaje de garbanzos vegetariano Tortilla francesa / Judías verdes en salsa ecológ. de tomate Fruta de temporada    	 Ensalada zanahoria queso fresco Albóndigas de pollo en salsa / Arroz blanco Fruta de temporada   	  Cazuela de patatas y ternera Merluza al horno / Ensalada griega Yogur griego con miel   
Semana del 8 al 12 de diciembre	 Festivo	Ensalada Cesar Espaguetis Boloñesa Fruta de temporada  	Ensalada Caprese Pollo asado / Patatas fritas Fruta de temporada   	  Sopa de puchero Pizza Prosciutto de pavo Fruta ecológica  	 Crema calabacín eco. Bacalao en salsa ecológ. de tomate / Arroz integral tres delicias Fruta de temporada    

Alérgenos: Huevo - Lácteos - Frutos secos



 Menú vegetariano

Comida casera



Técnicas culinarias: Al horno - Guisado/Estofado - Fritura



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Semana del 15 al 19 de diciembre	 Crema de calabaza Pechuga de pollo en salsa de champiñones / Coditos integrales Fruta de temporada	 Buñuelos de calabacín Tortilla de patata / Pisto de verduras Fruta ecológica	 Ensalada iceberg, tomates cherry, queso Estofado de ternera / Quinoa Fruta de temporada		 Huevo Mimosa Rosada en salsa verde / Arroz blanco Fruta de temporada
	  	   	 		  
Del 22 de diciembre al 4 de enero	Vacaciones				
Semana del 5 al 9 de enero		 Vichyssoise  Paella de pollo Fruta de temporada	 Potaje de lentejas vegetariano Calamares a la romana / Zanahorias salteadas Fruta ecológica	 Ensalada iceberg, maíz, bocas de mar, tomate, aceitunas Magro con tomate / Coditos integrales Yogur griego con miel	
		  	 	 	



Servimos pan integral tres días/sem.



Un equipo de 5 personas prepara cada día nuestros menús (aprox. 650). 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

