

MENÚ DEL 12 DE ENERO AL 6 DE MARZO DE 2026



LYCÉE FRANÇAIS INTERNATIONAL MALAGA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Semana del 12 al 16 de enero	<p>Ensalada de alubias, tomate, maíz, remolacha Tortilla de patata / Pisto de verduras Yogur griego con miel</p>	<p>Ensalada iceberg, maíz, aceitunas / <i>Camembert</i> Espaguetis Carbonara de pavo Mandarina</p>	<p>Sopa de puchero Merluza al horno / Ensalada de tomate, atún, aceitunas Plátano</p>	<p>Crema de verduras Berenjena rellena (ternera) / Patatas fritas Manzana ecológica</p>	<p>Ensalada Niçoise Pechuga de pollo en salsa Soubise / Arroz integral Pera</p>
Semana del 19 al 23 de enero	<p>Crema de calabaza Calamares a la romana / Ensalada de pasta Mandarina ecológica</p>	<p>Potaje de lentejas vegetariano Quiche de 4 quesos Plátano</p>	<p>Ensalada iceberg, tomates cherry, queso <i>Chili con carne</i> (ternera) / Arroz blanco Pera</p>	<p>Sopa de puchero Salchichas de ave / Ensalada Caprese Yogur griego con miel</p>	<p>Huevo Mimosas Muslitos de pollo / Patatas guisadas con zanahoria y guisantes Manzana</p>
Semana del 26 al 30 de enero	<p>Ensalada griega Paella de pollo Mandarina</p>	<p>Crema de calabacín ecológico Macarrones integrales con boloñesa de champiñones Yogur griego con miel</p>	<p><u>Sabor a Andalucía</u> Potaje de alubias Rosada frita / Ensaladilla sobre rodajas de tomate Manzana ecológica</p>	<p>Ensalada Cesar Estofado de ternera / Quinoa Plátano</p>	<p>Ensalada zanahoria - queso fresco Pechuga de pollo en salsa de champiñones / Puré de patata Pera</p>

Alérgenos: Huevo - Lácteos - Frutos secos



Menú vegetariano

Comida casera

Técnicas culinarias: Al horno - Guisado/Estofado - Fritura





LYCÉE FRANÇAIS INTERNATIONAL MALAGA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Semana del 2 al 6 de febrero	Hojaldre de espinacas y queso de cabra Estofado de pavo al curry / Coditos integrales Mandarina	Ensalada de alubias, tomate, maíz, remolacha Tortilla de patata / Pisto de verduras Plátano	Ensalada iceberg, maíz, bocas de mar, tomate, aceitunas Albóndigas de pollo en salsa / Arroz blanco Pera ecológica	Vichyssoise Cordon bleu / Patatas al horno con finas hierbas Manzana	Sopa de puchero Bacalao a la vizcaína / Zanahorias salteadas Yogur griego con miel
Semana del 9 al 13 de febrero	Ensalada Niçoise Fiambre de pavo en salsa Soubise / Patatas panaderas Mandarina	Potaje de lentejas vegetariano Tortilla francesa / Judías verdes en salsa ecológ. de tomate Plátano	 <i>Menú Chino</i>		Cazuela de patatas y ternera Merluza al horno / Ensalada griega Pera
Semana del 16 al 20 de febrero		Vacaciones			

Alérgenos: Huevo - Lácteos - Frutos secos



Menú vegetariano

Comida casera



Técnicas culinarias: Al horno - Guisado/Estofado - Fritura





LYCÉE FRANÇAIS INTERNATIONAL MALAGA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Semana del 23 al 27 de febrero	<p>Ensalada Cesar Espaguetis Boloñesa Mandarina</p>   	<p>Potaje de lentejas vegetariano Curry de verduras / Arroz integral Yogur griego con miel</p>    	<p>Sopa de puchero Pizza de champiñones y atún Manzana</p>    	<p>Ensalada Caprese Pollo asado / Patatas fritas Pera ecológica</p>    	<p>Crema calabacín eco. Bacalao en salsa ecológ. de tomate / Quinoa Plátano</p>     
Semana del 2 al 6 de marzo	<p>Garbanzos con chorizo Chuleta de Sajonia / Ensalada iceberg, tomates cherry, queso Mandarina</p>   	<p>Crema de calabaza Pechuga de pollo en salsa de champiñones / Patatas parisinas Pera</p>    	<p>Buñuelos de calabacín Raviolis de verduras asadas Yogur griego con miel</p>    	<p>Huevos Mimos Paella de pollo Plátano</p>    	<p>Potaje de alubias vegetariano Rosada en salsa verde / Ensaladilla rusa sobre rodajas de tomate Manzana ecológica</p>     

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.



Servimos pan integral tres
días/sem.



Alérgenos: Huevo - Lácteos - Frutos secos



Utilizamos aceite de oliva virgen
extra para las ensaladas.



Cada semana, el Liceo propone un
menú vegetariano.



Técnicas culinarias: Al horno - Guisado/Estofado - Fritura

