

MENÚ DEL 3 DE SEPTIEMBRE AL 23 DE OCTUBRE DE 2026



 LYCÉE FRANÇAIS INTERNATIONAL MALAGA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	
Semana del 3 y 4 de septiembre				Ensalada iceberg, maíz, aceitunas / Camembert Estofado pavo al curry / Patatas parisinas Melón	Garbanzos con chorizo Merluza al horno / Ensalada de fusilli tricolor Manzana	
Semana del 7 al 11 de septiembre	 Buñuelos de coliflor Tortilla de patata / Pisto de verduras Sandía    	 Festivo		 Espaguetis salsa Alfredo Hamburguesa de pollo / Zanahorias salteadas ecológicas Melón    	 Gazpacho Andaluz Estofado de ternera / Quinoa Yogur griego con miel  	Ensalada iceberg, maíz, bocas de mar, tomate, aceitunas Bacalao a la vizcaína / Arroz blanco Pera
Semana del 14 al 18 de septiembre	 Ensalada iceberg, tomates cherry, queso Pechuga de pollo en salsa Soubise / Macarrones integrales Nectarina   	 Potaje de lentejas vegetariano Quiche de 4 quesos / Ensalada griega Sandía     	 Porra Antequerana Mimos de merluza en salsa verde / Ensalada de arroz Yogur griego con miel   	 Ensalada zanahoria - queso fresco Berenjena rellena (ternera) / Patatas fritas Melón    	 Ensalada Niçoise Muslitos de pollo / Guiso de zanahoria, guisante y patata Manzana ecológica    	

Alérgenos: Huevo - Lácteos - Frutos secos



Menú vegetariano

Comida casera



Técnicas culinarias: Al horno - Guisado/Estofado - Fritura





	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Semana del 21 al 25 de septiembre	Huevo Mimosa Espaguetis con Boloñesa de champiñones Sandía	 <u>Menú Mejicano</u> Nachos con salsa de queso y guacamole Panadilla de pollo y verdura / Arroz con frijoles Plátano	Ensalada Cesar Chuleta de Sajonia / Patatas panaderas Pera ecológica	 Sopa de puchero Rosada frita /  Ensaladilla rusa sobre rodajas de tomate Yogur griego con miel	Ensalada iceberg, maíz, aceitunas / Camembert Pechuga de pollo en salsa de champiñones / Puré de patata Melón
	  	   	   	   	  
Semana del 28 de sept. al 2 de octubre	Ensalada Caprese Salchichas frescas de ave al vino / Coditos Manzana ecológica	 Potaje de lentejas vegetariano  Tortilla francesa / Judías verdes en salsa ecológ. de tomate Yogur griego con miel	 Crema de calabaza ecológica  Pizza Prosciutto de pavo Plátano	Ensalada zanahoria - queso fresco  Cordon bleu /  Patatas al horno con finas hierbas Pera	Ensalada iceberg, maíz, bocas de mar, tomate, aceitunas Bacalao en salsa eco. de tomate / Arroz integral Nectarina
	   	     	   	  	  
Semana del 5 al 9 de octubre	 Ensalada Niçoise  Chili con carne (ternera) / Arroz blanco Manzana	 Sopa de puchero  Estofado de pavo al curry / Quinoa Plátano	 Crema de calabacín ecológico  Tortilla de patata /  Pisto de verduras Yogur griego con miel	Ensalada iceberg, tomates cherry, queso Albóndigas (pollo) / Macarrones integrales Nectarina	<u>Sabor a Andalucía</u> Potaje de alubias veg.  Boquerones fritos /  Ensaladilla sobre rodajas de tomate Pera ecológica
	  	 	    	 	   

Alérgenos: Huevo - Lácteos - Frutos secos



Menú vegetariano

Comida casera



Técnicas culinarias: Al horno - Guisado/Estofado - Fritura



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

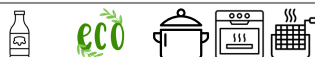
JUEVES

VIERNES

**Semana del
12 al 16 de
octubre**



 **Vichyssoise**
Pollo asado /
Patatas fritas
Manzana ecológica



 **Macarrones a la
Napolitana**
Merluza al horno /
Zanahorias salteadas
ecológicas
Yogur griego con miel



 **Paella de verduras**
Hamburguesa
de pollo /
Ensalada de tomate,
atún, aceitunas
Mandarina



 **Cazuela de patatas
y ternera**
 **Bacalao en
salsa verde /**
Ensalada Cesar
Plátano



**Semana del
19 al 23 de
octubre**

 **Crema de verduras**
 **Espaguetis**
Boloñesa
Pera ecológica



**Ensalada iceberg, maíz,
aceitunas / Camembert**
 **Pechuga de pollo en
salsa Soubise**
/ Puré de patata
Mandarina



 **Potaje de lentejas
vegetariano**
 **Curry de champiñones
con verduras /**
Arroz integral
Yogur griego con miel



 **Sopa de puchero**
Rosada frita /
Ensalada Caprese
Plátano



 **Ensalada Niçoise**
Muslitos de pollo /
Guiso de zanahoria,
 **guisante y patata**
Manzana



Servimos pan integral
tres días/sem.



Un equipo de 5 personas prepara cada día nuestros menús (aprox. 630). La mayoría de nuestros platos son caseros. En el caso de algunos menús (croquetas, albóndigas, quiches), 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

