

Mayo

Menú SEMANAL PRIMARIA Y ESO



SEMANA 1

LUNES

ENSALADA MEDITERRÁNEA
ARROZ CON GARBANZOS
PAN BLANCO
FRUTA DEL TIEMPO

MARTES

ENSALADA DE COLORES
PATATAS PANADERAS CON
POLLO A LA MURCIANA
PAN INTEGRAL
FRUTA DEL TIEMPO

MIÉRCOLES

ENSALADA DE HORTALIZAS
PASTA INTEGRAL
CON SALMÓN
PAN BLANCO
FRUTA DEL TIEMPO

JUEVES

OLLA GITANA
SALCHICHA DE POLLO
PAN INTEGRAL
FRUTA DEL TIEMPO

VIERNES

PURÉ DE CALABACÍN
TORTILLA DE PATATAS
LECHUGA Y ATÚN
PAN BLANCO
FRUTA O YOGUR

SEMANA 2

ENSALADA VERDE
ESTOFADO DE TERNERA
PAN INTEGRAL
FRUTA DEL TIEMPO

ENSALADA CON QUESO
ESPIRALES CON ATÚN
PAN BLANCO
FRUTA DEL TIEMPO

ENSALADA VERDE
COCIDO MURCIANO
PAN INTEGRAL
FRUTA DEL TIEMPO

ENSALADA CON HUEVO
ARROZ CON MAGRA
PAN BLANCO
FRUTA DEL TIEMPO

ENSALADA DE HORTALIZAS
MERLUZA AL HORNO
PATATAS CHIP
PAN INTEGRAL
FRUTA O YOGUR

SEMANA 3

ENSALADA VERDE
LENTEJAS ESTOFADAS
PAN BLANCO
FRUTA DEL TIEMPO

ENSALADA DE PASTA
LOMO AL HORNO
PAN INTEGRAL
FRUTA DEL TIEMPO

ENSALADA CÉSAR
POTAJE DE ESPINACAS
PAN BLANCO
FRUTA DEL TIEMPO

ARROZ A LA CUBANA
(SALCHICHA Y TORTILLA
FRANCESA)
LECHUGA Y TOMATE
PAN INTEGRAL
FRUTA DEL TIEMPO

ENSALADA DE COLORES
ALETRÍA INT. DE PESCADO
BLANCO
PAN BLANCO
FRUTA O YOGUR

SEMANA 4

ENSALADA CON ATÚN
ARROZ CON HABICHUELAS
PAN INTEGRAL
FRUTA DEL TIEMPO

ENSALADA DE HORTALIZAS
ASADO DE PESCADO
BLANCO
PAN BLANCO
FRUTA DEL TIEMPO

ENSALADA DE HORTALIZAS
LENTEJAS ESTOFADAS CON
VERDURAS
PAN INTEGRAL
FRUTA DEL TIEMPO

ENSALADA MEDITERRÁNEA
PASTA BOLOÑESA
PAN BLANCO
FRUTA DEL TIEMPO

ENSALADA DE PASTA
TORTILLA FRANCESA
PAN INTEGRAL
FRUTA O YOGUR

