

# Menú

## SEMANAL PRIMARIA Y ESO



SEMANA 1

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



ENSALADA CÉSAR  
ARROZ Y GARBANZOS  
PAN BLANCO  
FRUTA DEL TIEMPO

ENSALADA VERDE  
PATATAS PANADERA CON  
MERLUZA EN SALSA VERDE  
PAN BLANCO  
FRUTA DEL TIEMPO

ENSALADA DE HORTALIZAS  
PASTA BOLOÑESA  
PAN BLANCO  
FRUTA DEL TIEMPO

SEMANA 2

ENSALADA MEDITERRÁNEA  
OLLA GITANA  
PAN INTEGRAL  
FRUTA DEL TIEMPO

SOPA DE POLLO CON FIDEOS  
TORTILLA FRANCESA +  
LECHUGA Y QUESO FRESCO  
PAN BLANCO  
FRUTA DEL TIEMPO

ENSALADA DE HORTALIZAS  
ESPIRALES CON ATÚN  
PAN INTEGRAL  
FRUTA DEL TIEMPO

TOMATE Y LECHUGA  
COCIDO MURCIANO  
PAN INTEGRAL  
FRUTA DEL TIEMPO

ENSALADA CON ATÚN  
ARROZ CON MAGRA  
PAN BLANCO  
FRUTA O YOGUR

SEMANA 3

ENSALADA CON ATÚN  
LENTEJAS ESTOFADAS CON  
VERDURAS  
PAN BLANCO  
FRUTA DEL TIEMPO

ENSALADA VERDE  
ESTOFADO DE TERNERA  
PAN INTEGRAL  
FRUTA DEL TIEMPO

ENSALADA CON QUESO  
PASTA INTEGRAL CON  
SALMÓN  
PAN INTEGRAL  
FRUTA DEL TIEMPO

POTAJE DE ESPINACAS  
SALCHICHA DE POLLO  
PAN BLANCO  
FRUTA DEL TIEMPO

PURÉ DE CALABAZA  
POLLO A LA MURCIANA  
PAN INTEGRAL  
FRUTA O YOGUR

SEMANA 4

ENSALADA CON HUEVO  
PASTA BOLOÑESA  
PAN INTEGRAL  
FRUTA DEL TIEMPO

TOMATE Y LECHUGA  
COCIDO MURCIANO CON  
PELOTA  
PAN BLANCO  
FRUTA DEL TIEMPO

ENSALADA VERDE  
ARROZ CON POLLO  
PAN INTEGRAL  
FRUTA DEL TIEMPO

ENSALADA DE HORTALIZAS  
LENTEJAS CON VERDURAS  
PAN BLANCO  
FRUTA DEL TIEMPO

ENSALADA DE HORTALIZAS  
ALETRÍA DE PESCADO  
BLANCO CON VERDURAS  
FRUTA O YOGUR



# ENERO