

Mayo

Menú

SEMANAL PRIMARIA Y ESO



SEMANA 1

LUNES

ARROZ CON HABICHUELAS
TORTILLA FRANCESA
PAN INTEGRAL
FRUTA DEL TIEMPO

MARTES

ENSALADA DE COLORES
MERLUZA EN SALSA VERDE
PAN INTEGRAL
FRUTA DEL TIEMPO

MIÉRCOLES

ENSALADA DE HORTALIZAS
GUISO DE POLLO CON
VERDURAS
PAN INTEGRAL
FRUTA DEL TIEMPO

JUEVES

ENSALADA CON
QUESO FRESCO
PASTA INTEGRAL
CON CABALLA
PAN INTEGRAL
FRUTA DEL TIEMPO

VIERNES

ENSALADA CAMPERA
LENTEJAS ESTOFADAS CON
VERDURAS
PAN INTEGRAL
FRUTA O YOGUR

SEMANA 2

ENSALADA VERDE
PASTA INTEGRAL CON
SALMÓN
PAN INTEGRAL
FRUTA DEL TIEMPO

ENSALADA VERDE
COCIDO MURCIANO
PAN INTEGRAL
FRUTA DEL TIEMPO

ENSALADA CON HUEVO
ALETRÍA DE PESCADO
BLANCO CON VERDURAS
PAN INTEGRAL
FRUTA DEL TIEMPO

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

ENSALADA MEDITERRÁNEA
POTAJE DE ESPINACAS
PAN INTEGRAL
FRUTA O YOGUR

SEMANA 3

ENSALADA CON ATÚN
OLLA GITANA
PAN INTEGRAL
FRUTA DEL TIEMPO

ENSALADA VERDE
ESTOFADO DE TERNERA
PAN INTEGRAL
FRUTA DEL TIEMPO

ENSALADA VERDE
LENTEJAS ESTOFADAS CON
VERDURAS
PAN INTEGRAL
FRUTA DEL TIEMPO

LECHUGA Y TOMATE
MERLUZA EN SALSA VERDE
PAN INTEGRAL
FRUTA DEL TIEMPO

ENSALADA CON HUEVO
ARROZ Y MAGRA
PAN INTEGRAL
FRUTA O YOGUR

SEMANA 4

ENSALADA CON ATÚN
ARROZ CON GARBANZOS
PAN INTEGRAL
FRUTA DEL TIEMPO

ENSALADA DE HORTALIZAS
PASTA INTEGRAL BOLOÑESA
PAN INTEGRAL
FRUTA DEL TIEMPO

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

ENSALADA DE HORTALIZAS
RAPE EN SALSA CON CHIP DE
PATATAS
PAN INTEGRAL
FRUTA DEL TIEMPO

ENSALADA DE COLORES
POLLO A LA MURCIANA CON
PATATAS PANADERA
PAN INTEGRAL
FRUTA O YOGUR

