

Lunes

Almuerzo

LENTEJAS ESTOFADAS

RODAJA DE MERLUZA A LA RIOJANA

BOQUERON FRITO A LA ANDALUZA

CODILLOS DE CERDO CONFITADOS

PECHUGA DE POLLO A LA NARANJA

BRÓCOLI SALTEADO CON PIMIENTOS DEL PIQUILLO

JUDÍAS VERDES CON JAMÓN

VARITAS DE MERLUZA

MACARRONES A LA CARBONARA

PATATAS ADOBADAS

PATATAS FRITAS

ARROZ CON CONEJO

Lunes

Cena

CREMA DE VERDURAS

HALIBUT A LA ANDALUZA

FILETE DE GALLINETA A LA PLANCHA

SECRETO DE CERDO BLANCO A LA PIMIENTA

SALCHICHAS DE CERDO AL VINO BLANCO

COLIFLORAL VAPOR

MENESTRA DE VERDURAS AL NATURAL

ARROZ VEGANO

CROQUETAS DE JAMÓN

PATATAS ASADAS CON MOJO PICÓN

PATATAS FRITAS

PIZZA MARGARITA

Martes

Almuerzo

GUISO DE ALUBIAS CON CHORIZO

ZARZUELA DE PESCADO Y MARISCO

FILETE DE QUELLA A LA PLANCHA

TERNERA CON VERDURITAS

LOMO ADOBADO A LA PLANCHA

PARRILLADA DE VERDURAS DE LA HUERTA MURCIANA

ZANAHORIA BABY AL ENELDO

PAJARITAS A LA MARINERA

MINIEMPANADILLAS DE BONITO

PATATAS DADO AL AJO CABAÑIL

PATATAS FRITAS

ARROZ A BANDA

Martes

Cena

SOPA DE POLLO

BACALAO ENCEBOLLADO

SALMONETES A LA PLANCHA

SAN JACOBOS

PINCHOS MORUNOS A LA PLANCHA

MAÍZ SALTEADO CON CHORIZO

BERENJENAS GRATINADAS

DELICIAS DE CALAMAR

EMPANADA GALLEGA

ESPAGUETIS CON SALSAPOMODORO

PATATAS FRITAS

PIZZA A LA CARBONARA

Miércoles

Almuerzo

POTAJE DE GARBANZOS

SARDINAS A LA PLANCHA

FRIURA DE PESCADO DEL MAR MENOR

CALDERETA DE CORDERO

LOMO DE CERDO AL HORNO CON PIÑA

COLES DE BRUSELAS CON CEBOLLA Y PIMIENTO ROJO

JUDÍAS VERDES HERVIDAS

HUEVOS ROTOS CON JAMÓN

LASAÑA A LA BOLOÑESA

PATATA PARISINA AL ACEITE DE TOMILLO

PATATAS FRITAS

ARROZ DE COSTILLEJAS Y MAGRA

Miércoles

Cena

CREMA DE LEGUMBRES

FILETE DE LENGUADO AL HORNO

LÍRIO A LA ANDALUZA

JAMONCITOS DE POLLO A LA JARDINERA

ROTIDE PAVO ASADO CON SALSAS DE CÍTRICOS

GUISANTES SALTEADOS A LA PORTUGUESA

SALTEADO CAMPESTRE

RABAS EMPANADAS

ESPAGUETIS CON SALSAS BOLOÑESA

PATATAS ASADAS

PATATAS FRITAS

PIZZA DE JAMÓN YORK Y QUESO

Jueves

Almuerzo

GUIISO DE POLLO CON PATATAS Y ALMENDRAS

PEZMARLIN A LA PLANCHA

TRONQUITO DE MERLUZA A LA VASCA

CALLOS A LA MADRILEÑA

POLLO MACERADO AL HORNO

MAÍZ SALTEADO CON CEBOLLITA Y CHORIZO

PISTO MURCIANO

TALLARINES SALTEADO CON VERDURITAS Y SOJA

PALITOS DE MERLUZA

TORTILLA DE PATATAS EN PLATO

PATATAS FRITAS

ARROZ CON VERDURAS Y POLLO

Jueves

Cena

CREMA DE CALABAZA

CAZÓN ADOBADO

CABALLA AL AJO CABAÑIL

COSTILLA DE CERDO A LA BARBACOA

OSOBUCO DE CERCO COCINADO A BAJA TEMPERATURA

ALITAS DE POLLO ADOBADAS

VERDURAS AL HORNO

HABITAS CON JAMÓN

ARROZ PILAF

PATATAS ALIÑADAS

PATATAS FRITAS

PIZZA BOLOÑESA

Viernes

Almuerzo

GUIISO DE ALUBIAS PINTAS CON VERDURAS

FILETE DE GALLINETA A LA PLANCHA

LOMO DE BACALAO A LA MARINERA

TACOS DE MAGRA CON TOMATE

TRASEROS DE POLLO AL HORNO

JUDÍAS HERVIDAS

ALCACHOFAS SALTEADAS CON JAMÓN

BUÑUELOS DE BACALAO

MACARRONES CON TOMATE Y ATÚN

PATATAS AL ESTILO RIOJANO

PATATAS FRITAS

CALDERO DEL MARMENOR

Viernes

Cena

CREMA VICHYSOISE

RODAJAS DE MERLUZA EN SALSA VERDE

RABAS DE SEPIA EN SALSA AMERICANA

CHULETAS DE CERDO A LA PLANCHA

REDONDO DE TERNERA AL HORNO

ESPINACAS A LA CREMA

PARRILLADA DE VERDURAS

EMPANADA GALLEGA

LOMO EMPANADO

PATATAS SPICY CON BACON Y SALSA RANCHERA

PATATAS FRITAS

PIZZA A LA CARBONARA

Sábado

Almuerzo

GUISO DE PESCADO DEL MAR MENOR CON PATATAS

FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA

CHIPIRÓN A LA PLANCHA

CARRILLADA DE CERDO COCINADA AL VACÍO

FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA

CHAMPIÑONES AL AJILLO

COLIFLOR CON AJITOS Y PIMENTÓN

HUEVOS ROTOS CON JAMÓN

CODITOS A LA ROMANA

NUGGETS DE POLLO

PATATAS FRITAS

ARROZ CON VERDURAS Y BACALAO

Sábado

Cena

SOPA DE AVE CON FIDEOS

COLAS DE RAPE EN SALSA DE GAMBAS Y ALMEJAS

QUELLA A LA PLANCHA CON AJO Y PEREJIL

SOLOMILLO DE CERDO A LA PLANCHA CON SALSA DE PIMIENTA

BROCHETAS DE POLLO

BRÓCOLI HERVIDO

REPOLLO SALTEADO CON PIMENTÓN

ARROZ PILAF

PECHUGA DE POLLO EMPANADA

PATATAS DADO CON SALSA RANCHERA

PATATAS FRITAS

PIZZA BOLOÑESA

Domingo

Almuerzo

GUIISO DE MAGRA Y COSTILLEJAS ADOBADAS

ASADO DE PESCADO CON PATATAS PANADERA

PEZMARLIN A LA PLANCHA

BACALADILLA A LA ANDALUZA

ALBÓNDIGAS DE CARNE CON SALSA A LA ESPAÑOLA

ROTIDE PAVO CON SALSA CAZADORA

SALTEADO CAMPESTRE

PISTO MURCIANO

LASAÑA DE VERDURAS

PATATAS A LA CORIJERA

PATATAS FRITAS

ARROZ DE PESCADO Y MARISCO

Domingo

Cena

SOPA DE PESCADO CON ESTRELLITAS

CABALLA A LA PLANCHA CON AJO CABAÑIL

MEJILLONES A LA MARINERA

CABEZADA DE CERDO EN SU JUGO

POLLO PARRILLA A LA BRASA

CALABACÍN SALTEADO

TOMATES ASADOS A LA PROVENZAL

CANELONES DE CARNE

BUÑUELOS DE BACALAO

PATATAS COCIDAS

PATATAS FRITAS

PIZZA DE ATÚN