



# Menú semanal de la Cocina Popular de Murcia

<http://www.lacocinapopular.com>  
 c/Proclamación, 10 – Barrio del Carmen  
 968 21 97 81 - - - 647 880 432  
 info@lacocinapopular.com

## Lunes 19 de Febrero

Potaje con acelgas	3,40 €
Sopa de cocido con pelotas	3,40 €
Lentejas	3,20 €
Arroz frito tres delicias	3,60 €
Canelones de carne	3,30 €
Chuletas a la cerveza y guarnición	3,60 €
Merluza en salsa de gambas	4,00 €
Tortilla de calabacín y patatas	3,60 €
Ensalada de pasta	2,70 €
Espaguetis	2,80 €

## Martes 20 de Febrero

Guiso de carne y macarrones	3,60 €
Lentejas	3,20 €
Crema de champiñón	3,60 €
Arroz con costillejas y alcachofas	3,60 €
Tallarines a la carbonara	3,60 €
Albóndigas en salsa y patatas fritas	3,60 €
Pescadilla frita y patatas a lo pobre	3,60 €
Plato combinado	3,50 €
Ensalada de pasta	2,70 €
Macarrones	2,80 €

## Miércoles 21 de Febrero

Olla gitana	3,40 €
Puré de verduras	3,40 €
Asado de pollo y patatas asadas	3,60 €
Musaka de berenjenas	3,60 €
Lomos rellenos empanados	4,00 €
Lenguado en salsa de almejas	4,10 €
Ensalada de cous cous	3,20 €
Plato combinado	3,50 €
Ensalada de pasta	2,70 €
Espaguetis	2,80 €

## Jueves 22 de Febrero

Guiso con albóndigas de pavo	3,80 €
Lentejas	3,20 €
Sopa de pescado	3,60 €
CALDERO de mújol	3,80 €
Tortilla de patatas y pisto	3,60 €
Pollo al ajillo y patatas a lo pobre	3,60 €
Migas de harina con tropezones	3,60 €
Plato combinado	3,50 €
Ensalada de pasta	2,80 €
Macarrones	2,80 €

## Viernes 23 de Febrero

Arroz con habichuelas	3,60 €
Lentejas	3,20 €
Arroz con mariscos	3,90 €
Jamón asado al oporto	4,00 €
Bacalao con tomate y pimientos	4,00 €
Pechugas rellenas empanadas	3,90 €
Espinacas a la crema	3,60 €
EMPANADAS	6,70 €
Ensalada de pasta	2,70 €
Espaguetis	2,80 €

## PLATOS FIJOS

### Con patatas fritas o ensalada

Pechuga empanada	3,60 €
Muslo deshuesado empanado	3,60 €
Filete de magra empanado	3,60 €
Croquetas	2,50 €
Medio pollo asado	4,60 €

### Ensaladas

Ensalada mixta	2,20 €
Ensalada murciana	2,50 €
Ensaladilla rusa	2,30 €
Ensaladilla de mariscos	2,60 €
Huevos rellenos	2,30 €

### Postres

Tarta de queso	1,50 €
Tarta de la Abuela	1,50 €
Arroz con leche	1,20 €
Natillas	1,20 €
Pan de Calatrava	1,50 €
Mousse de chocolate	1,50 €