



Menú semanal de la Cocina Popular de Murcia

lacocinapopular.com
Proclamación, 10 – Barrio del Carmen
968 21 97 81 - 647 880 432
info@lacocinapopular.com



Lunes 29 de Noviembre	
Potaje de garbanzos con acelgas	3,40 €
Sopa de cocido con pelotas	3,60 €
Lentejas	3,20 €
Arroz tres delicias	3,80 €
Canelones de carne	3,60 €
Merluza en salsa de almejas	4,00 €
Chuletas al tomillo y guarnición	3,90 €
Tortilla de berenjenas	3,80 €
Ensalada de pasta	3,20 €
Espaguetis	3,20 €

Martes 30 de Noviembre	
Guiso con albóndigas de pavo	3,80 €
Lentejas	3,20 €
Arroz con pollo y verduras	3,80 €
Ternera en salsa y patatas fritas	4,50 €
Tallarines con setas y champiñón	3,60 €
Pescadilla frita y patatas a lo pobre	3,80 €
Plato combinado	3,60 €
Ensalada de pasta	3,20 €
Macarrones	3,20 €

Miércoles 1 de diciembre	
Olla gitana	3,40 €
Puré de verduras	3,60 €
Asado de pollo y patatas asadas	3,90 €
Berenjenas rellenas	3,80 €
Albóndigas en salsa y patatas fritas	3,90 €
lenguado plancha y verduras asadas	4,10 €
Ensalada de cous cous	3,20 €
Plato combinado	3,60 €
Ensalada de pasta	3,20 €
Espaguetis	3,00 €

Jueves 2 de diciembre	
Guiso de carne con macarrones	3,80 €
Lentejas	3,20 €
Crema de calabacin	3,60 €
CALDERO con dorada	4,00 €
Pollo en pepitoria y guarnición	3,90 €
Lasaña de verduras	3,80 €
Migas de harina con tropezones	4,00 €
Plato combinado	3,60 €
Ensalada de pasta	3,20 €
Macarrones	3,20 €

Viernes 3 de Diciembre			
Judias con almejas	3,80 €	Codillo de cerdo al horno y patatas asadas	4,20 €
Lentejas	3,20 €	Judias verdes con jamón y huevo	3,80 €
Arroz con mariscos	4,20 €	EMPANADAS	6,70 €
Pechugas rellenas en salsa y guarnición	3,90 €	Ensalada de pasta	3,20 €
Bacalao al ajo arriero	4,20 €	Espaguetis	3,20 €

PLATOS FIJOS

Con patatas fritas o ensalada	
Pechuga empanada	3,80 €
Muslo deshuesado empanado	3,60 €
Filete de magra empanado	3,60 €
Croquetas	2,60 €
Medio pollo asado	4,80 €

Ensaladas	
Ensalada mixta	2,50 €
Ensalada murciana	2,60 €
Ensaladilla rusa	2,50 €
Ensaladilla de mariscos	3,00 €
Huevos rellenos	2,50 €

Postres	
Tarta de queso	1,60 €
Tarta de la Abuela	1,60 €
Arroz con leche	1,30 €
Natillas	1,30 €
Pan de Calatrava	1,60 €
Mousse de chocolate	1,60 €