



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 23 de Mayo	
Potaje de garbanzos con acelgas	3,60 €
Sopa de cocido con pelotas	3,80 €
Lentejas	3,40 €
Arroz a la cubana	4,10 €
Canelones de carne	4,00 €
Merluza en salsa de langostinos y guarnición	4,30 €
Pechugas rellenas empanadas y patatas fritas	4,20 €
Tortilla de berenjenas	4,00 €
Ensalada de pasta	3,40 €
Espaguetis	3,40 €

Martes 24 de Mayo	
Guiso de pollo y aletría	4,00 €
Lentejas	3,40 €
Arroz con costillejas y alcachofas	4,10 €
Ternera en salsa y patatas fritas	5,00 €
Tallarines con setas y champiñón	4,20 €
Pescadilla frita y patatas a lo pobre	4,00 €
Plato combinado	3,80 €
Ensalada de pasta	3,40 €
Macarrones	3,40 €

Miércoles 25 de Mayo	
Olla gitana	3,60 €
Puré de verduras	3,60 €
Asado de pollo y patatas asadas	4,20 €
Berenjenas a la crema con gambas y jamón	4,10 €
Albóndigas en salsa y patatas fritas	4,20 €
Lenguado rebozado con patatas asadas	4,30 €
Ensalada de cous cous	3,40 €
Plato combinado	3,80 €
Ensalada de pasta	3,40 €
Espaguetis	3,40 €

Jueves 26 de Mayo	
Guiso con albóndigas de merluza	4,00 €
Salmorejo	3,40 €
Lentejas	3,40 €
CALDERO con dorada	4,20 €
Pollo al ajillo y patatas a lo pobre	4,20 €
Tortilla de patatas y pisto	4,00 €
Pimientos del piquillo rellenos de salmón y arroz	4,10 €
Plato combinado	3,80 €
Ensalada de pasta	3,40 €
Macarrones	3,40 €

Viernes 27 de Mayo			
Judías con almejas	4,00 €	Muslitos de pollo en salsa y patatas fritas	4,20 €
Lentejas	3,40 €	Alcachofas en salsa con huevo y jamón	4,00 €
Arroz con mariscos	4,50 €	EMPANADAS	7,00 €
Lomo en salsa roquefort y guarnición	4,20 €	Ensalada de pasta	3,40 €
Bacalao al ajo arriero	4,40 €	Espaguetis	3,40 €

PLATOS FIJOS

Con patatas fritas o ensalada	
Pechuga empanada	4,10 €
Muslo deshuesado empanado	4,10 €
Filete de magra empanado	4,10 €
Croquetas (ración)	3,50 €
Medio pollo asado	4,90 €

Ensaladas

Ensalada mixta	2,70 €
Ensalada murciana	2,80 €
Ensaladilla rusa	2,70 €
Ensaladilla de mariscos	3,40 €
Huevos rellenos	2,70 €

Postres

Tarta de queso	1,80 €
Tarta de la Abuela	1,80 €
Arroz con leche	1,40 €
Natillas	1,40 €
Pan de Calatrava	1,80 €
Mousse de chocolate	1,80 €