CICLO 1

		semana del 29 noviembre al 03 diciembre
LUNES	ENSALADAS	Ensalada *(lechuga, tomate y olivas)* Ensalada murciana Ensaladilla rusa
	PRIMEROS	Olleta Macarrones con chorizo Espaguetis a la boloñesa Ensalada especial *(con maíz, jamón york, queso y atún)*
	SEGUNDOS	Plato del día (ver en D. Jamón) Ternera, pechuga, lomo fresco, lomo adobado, bacon, longanizas o calamares a la romana. Guarnición: Patatas fritas
	POSTRES	Yogurt
	BEBIDA	Agua, refresco, cerveza o vino
MARTES	ENSALADAS	Ensalada *(lechuga, tomate y olivas)* Ensalada murciana Ensaladilla rusa
	PRIMEROS	Pasta fresca Guisantes con jamón Espaguetis a la boloñesa Ensalada especial *(con maíz, jamón york, queso y atún)*
	SEGUNDOS	Plato del día (ver en D. Jamón) Ternera, pechuga, lomo fresco, lomo adobado, bacon, longanizas o calamares a la romana. Guarnición: Patatas fritas
	POSTRES	Yogurt
	BEBIDA	Agua, refresco, cerveza o vino
MIÉRCOLES	ENSALADAS	Ensalada *(lechuga, tomate y olivas)* Ensalada murciana Ensaladilla rusa
	PRIMEROS	Paella Revuelto de setas Espaguetis a la boloñesa Ensalada especial *(con maíz, jamón york, queso y atún)*
	SEGUNDOS	Plato del día (ver en D. Jamón) Ternera, pechuga, lomo fresco, lomo adobado, bacon, longanizas o calamares a la romana. Guarnición: Patatas fritas
	POSTRES	Yogurt
	BEBIDA	Agua, refresco, cerveza o vino
JUEVES	ENSALADAS	Ensalada *(lechuga, tomate y olivas)* Ensalada murciana Ensaladilla rusa
	PRIMEROS	Fabada Asturiana Arroz Chino Espaguetis a la boloñesa Ensalada especial *(con maíz, jamón york, queso y atún)*
	SEGUNDOS	Plato del día (ver en D. Jamón) Ternera, pechuga, lomo fresco, lomo adobado, bacon, longanizas o calamares a la romana. Guarnición: Patatas fritas
	POSTRES	Yogurt
	BEBIDA	Agua, refresco, cerveza o vino
VIERNES	ENSALADAS	Ensalada *(lechuga, tomate y olivas)* Ensalada murciana Ensaladilla rusa
	PRIMEROS	Arroz negro Espaguetis a la boloñesa Ensalada especial *(con maíz, jamón york, queso y atún)*
	SEGUNDOS	Plato del día (ver en D. Jamón) Ternera, pechuga, lomo fresco, lomo adobado, bacon, longanizas o calamares a la romana. Guarnición: Patatas fritas
	POSTRES	Yogurt
	BEBIDA	Agua, refresco, cerveza o vino

CICLO 2

		semana del 06 al 10 diciembre
LUNES	ENSALADAS	Ensalada *(lechuga, tomate y olivas)* Ensalada murciana Ensaladilla rusa
	PRIMEROS	Arroz a la cubana Lentejas Espaguetis a la boloñesa Ensalada especial *(con maíz, jamón york, queso y atún)*
	SEGUNDOS	Plato del día (ver en D. Jamón) Ternera, pechuga, lomo fresco, lomo adobado, bacon, longanizas o calamares a la romana. Guarnición: Patatas fritas
	POSTRES	Yogurt
	BEBIDA	Agua, refresco, cerveza o vino
MARTES	ENSALADAS	Ensalada *(lechuga, tomate y olivas)* Ensalada murciana Ensaladilla rusa
	PRIMEROS	Paella Crema de calabacín Espaguetis a la boloñesa Ensalada especial *(con maíz, jamón york, queso y atún)*
	SEGUNDOS	Plato del día (ver en D. Jamón) Ternera, pechuga, lomo fresco, lomo adobado, bacon, longanizas o calamares a la romana. Guarnición: Patatas fritas
	POSTRES	Yogurt
	BEBIDA	Agua, refresco, cerveza o vino
MIÉRCOLES	ENSALADAS	Ensalada *(lechuga, tomate y olivas)* Ensalada murciana Ensaladilla rusa
	PRIMEROS	Pasta fresca Guisado de albóndigas Espaguetis a la boloñesa Ensalada especial *(con maíz, jamón york, queso y atún)*
	SEGUNDOS	Plato del día (ver en D. Jamón) Ternera, pechuga, lomo fresco, lomo adobado, bacon, longanizas o calamares a la romana. Guarnición: Patatas fritas
	POSTRES	Yogurt
	BEBIDA	Agua, refresco, cerveza o vino
JUEVES	ENSALADAS	Ensalada *(lechuga, tomate y olivas)* Ensalada murciana Ensaladilla rusa
	PRIMEROS	Fideuá Judías verdes con jamón Espaguetis a la boloñesa Ensalada especial *(con maíz, jamón york, queso y atún)*
	SEGUNDOS	Plato del día (ver en D. Jamón) Ternera, pechuga, lomo fresco, lomo adobado, bacon, longanizas o calamares a la romana. Guarnición: Patatas fritas
	POSTRES	Yogurt
	BEBIDA	Agua, refresco, cerveza o vino
VIERNES	ENSALADAS	Ensalada *(lechuga, tomate y olivas)* Ensalada murciana Ensaladilla rusa
	PRIMEROS	Arroz con sepia Espaguetis a la boloñesa Ensalada especial *(con maíz, jamón york, queso y atún)*
	SEGUNDOS	Plato del día (ver en D. Jamón) Ternera, pechuga, lomo fresco, lomo adobado, bacon, longanizas o calamares a la romana. Guarnición: Patatas fritas
	POSTRES	Yogurt
	BEBIDA	Agua, refresco, cerveza o vino

CICLO 3

		semana del 13 al 17 diciembre
LUNES	ENSALADAS	Ensalada *(lechuga, tomate y olivas)* Ensalada murciana Ensaladilla rusa
	PRIMEROS	Olleta Macarrones con chorizo Espaguetis a la boloñesa Ensalada especial *(con maíz, jamón york, queso y atún)*
	SEGUNDOS	Plato del día (ver en D. Jamón) Ternera, pechuga, lomo fresco, lomo adobado, bacon, longanizas o calamares a la romana. Guarnición: Patatas fritas
	POSTRES	Yogurt
	BEBIDA	Agua, refresco, cerveza o vino
MARTES	ENSALADAS	Ensalada *(lechuga, tomate y olivas)* Ensalada murciana Ensaladilla rusa
	PRIMEROS	Pasta fresca Guisantes con jamón Espaguetis a la boloñesa Ensalada especial *(con maíz, jamón york, queso y atún)*
	SEGUNDOS	Plato del día (ver en D. Jamón) Ternera, pechuga, lomo fresco, lomo adobado, bacon, longanizas o calamares a la romana. Guarnición: Patatas fritas
	POSTRES	Yogurt
	BEBIDA	Agua, refresco, cerveza o vino
MIÉRCOLES	ENSALADAS	Ensalada *(lechuga, tomate y olivas)* Ensalada murciana Ensaladilla rusa
	PRIMEROS	Paella Revuelto de setas Espaguetis a la boloñesa Ensalada especial *(con maíz, jamón york, queso y atún)*
	SEGUNDOS	Plato del día (ver en D. Jamón) Ternera, pechuga, lomo fresco, lomo adobado, bacon, longanizas o calamares a la romana. Guarnición: Patatas fritas
	POSTRES	Yogurt
	BEBIDA	Agua, refresco, cerveza o vino
JUEVES	ENSALADAS	Ensalada *(lechuga, tomate y olivas)* Ensalada murciana Ensaladilla rusa
	PRIMEROS	Fabada Asturiana Arroz Chino Espaguetis a la boloñesa Ensalada especial *(con maíz, jamón york, queso y atún)*
	SEGUNDOS	Plato del día (ver en D. Jamón) Ternera, pechuga, lomo fresco, lomo adobado, bacon, longanizas o calamares a la romana. Guarnición: Patatas fritas
	POSTRES	Yogurt
	BEBIDA	Agua, refresco, cerveza o vino
VIERNES	ENSALADAS	Ensalada *(lechuga, tomate y olivas)* Ensalada murciana Ensaladilla rusa
	PRIMEROS	Arroz negro Espaguetis a la boloñesa Ensalada especial *(con maíz, jamón york, queso y atún)*
	SEGUNDOS	Plato del día (ver en D. Jamón) Ternera, pechuga, lomo fresco, lomo adobado, bacon, longanizas o calamares a la romana. Guarnición: Patatas fritas
	POSTRES	Yogurt
	BEBIDA	Agua, refresco, cerveza o vino

CICLO 4

		semana del 20 al 24 diciembre
LUNES	ENSALADAS	Ensalada *(lechuga, tomate y olivas)* Ensalada murciana Ensaladilla rusa
	PRIMEROS	Arroz a la cubana Lentejas Espaguetis a la boloñesa Ensalada especial *(con maíz, jamón york, queso y atún)*
	SEGUNDOS	Plato del día (ver en D. Jamón) Ternera, pechuga, lomo fresco, lomo adobado, bacon, longanizas o calamares a la romana. Guarnición: Patatas fritas
	POSTRES	Yogurt
	BEBIDA	Agua, refresco, cerveza o vino
MARTES	ENSALADAS	Ensalada *(lechuga, tomate y olivas)* Ensalada murciana Ensaladilla rusa
	PRIMEROS	Paella Crema de calabacín Espaguetis a la boloñesa Ensalada especial *(con maíz, jamón york, queso y atún)*
	SEGUNDOS	Plato del día (ver en D. Jamón) Ternera, pechuga, lomo fresco, lomo adobado, bacon, longanizas o calamares a la romana. Guarnición: Patatas fritas
	POSTRES	Yogurt
	BEBIDA	Agua, refresco, cerveza o vino
MIÉRCOLES	ENSALADAS	Ensalada *(lechuga, tomate y olivas)* Ensalada murciana Ensaladilla rusa
	PRIMEROS	Pasta fresca Guisado de albóndigas Espaguetis a la boloñesa Ensalada especial *(con maíz, jamón york, queso y atún)*
	SEGUNDOS	Plato del día (ver en D. Jamón) Ternera, pechuga, lomo fresco, lomo adobado, bacon, longanizas o calamares a la romana. Guarnición: Patatas fritas
	POSTRES	Yogurt
	BEBIDA	Agua, refresco, cerveza o vino
JUEVES	ENSALADAS	Ensalada *(lechuga, tomate y olivas)* Ensalada murciana Ensaladilla rusa
	PRIMEROS	Fideuá Judías verdes con jamón Espaguetis a la boloñesa Ensalada especial *(con maíz, jamón york, queso y atún)*
	SEGUNDOS	Plato del día (ver en D. Jamón) Ternera, pechuga, lomo fresco, lomo adobado, bacon, longanizas o calamares a la romana. Guarnición: Patatas fritas
	POSTRES	Yogurt
	BEBIDA	Agua, refresco, cerveza o vino
VIERNES	ENSALADAS	Ensalada *(lechuga, tomate y olivas)* Ensalada murciana Ensaladilla rusa
	PRIMEROS	Arroz con sepia Espaguetis a la boloñesa Ensalada especial *(con maíz, jamón york, queso y atún)*
	SEGUNDOS	Plato del día (ver en D. Jamón) Ternera, pechuga, lomo fresco, lomo adobado, bacon, longanizas o calamares a la romana. Guarnición: Patatas fritas
	POSTRES	Yogurt
	BEBIDA	Agua, refresco, cerveza o vino