

MENÚ ABRIL 2022

mawersa
- 1983 -



LUNES

4
MACARRONES INTEGRALES BOLOÑESA
TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA MIXTA

FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
659	32	26	74	5

18



25

COLIFLOR CON QUESO Y BECHAMEL
ALBONDIGAS DE TERNERA EN SALSA CON PATATAS

FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
601	20	28	70	5

MARTES

5
ARROZ CREMOSO CON POLLO
MERLUZA EN SALSA MARINERA

FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
604	27	8	107	2

19

SOPA DE ESTRELLITAS
PECHUGA DE POLLO VILLARROY CON PISTO
MELOCOTON EN ALMIBAR O FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
600	21	22	83	5

26

JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS ECOLÓGICAS
PESCADILLA EN TEMPURA CON ENSALADA MIXTA

FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
648	46	9	98	1

MIÉRCOLES

6
SOPA DE COCIDO
COMPLEMENTO DE COCIDO. GARBANZOS, CHORIZO, POLLO, MORCILLO Y REPOLLO

FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
621	26	18	92	1

20

LENTEJAS CASERAS
GALLO AL HORNO CON PATATAS

FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
626	35	20	81	3

27

ESPIRALES CON TOMATE Y CHORIZO
REVUELTO DE HUEVO Y ATÚN CON ENSALADA MIXTA

FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
668	37	20	84	3

JUEVES

7
JUDIAS VERDES SALTEADAS CON PATATAS
HAMBURGUESA DE TERNERA AL HORNO CON ENSALADA MIXTA. TOMATE ECOLÓGICO

YOGUR

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
605	22	29	66	2

21

BRÓCOLI REHOGADO
RAGOUT DE TERNERA CON ARROZ INTEGRAL

YOGUR

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
602	26	20	82	4

28

CREMA DE ACELGAS, PUERROS, ZANAHORIAS, REPOLLO
POLLO ASADO CON PATATAS

FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
612	25	29	65	3

VIERNES

1 RECETA NUEVA

CREMA DE ZANAHORIAS CON QUESO FUNDIDO

GALLINETA EN GABARDINA CON ENSALADA MIXTA

FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
609	20	34	61	5

8



22

PATATAS CON RAPE
HUEVO FRITO CON SALCHICHAS FRESCAS Y SALSA DE TOMATE

MANZANA ECOLÓGICA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
628	22	39	43	6

29 RECETA ANDALUZA

ARROZ CAMPERO
RABAS A LA ANDALUZA CON ENSALADA SEVILLANA

NATILLAS O FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
692	27	28	83	3

Nuestros menús incluyen PAN BLANCO e INTEGRAL y la bebida es AGUA.