

MAWERSA MENÚ PRIMARIA

Abril

2019

LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
<p>LACITOS CON TOMATE Y CARNE PICADA DE TERNERA</p> <p>MERLUZA AL HORNO CON MAHONESA</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA KCAL 632 PROT 42 LIP 19 HC 72</p>	<p>CREMA DE VERDURAS ESPOLVOREADA CON JAMON SERRANO</p> <p>RAGOUT DE PAVO EN SALSA CON ARROZ INTEGRAL</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA KCAL 627 PROT 18 LIP 21 HC 92</p>	<p>JUDIAS BLANCAS CASERAS</p> <p>TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA MIXTA</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA KCAL608 PROT 29 LIP 25 HC 71</p>	<p>SOPA DE CABELLIN</p> <p>ALBONDIGAS DE TERNERA CON PATATAS A CUADRITOS</p> <p>PAN YOGUR KCAL 625 PROT 20 LIP 41 HC 53</p>	<p>GUISANTES SALTEADOS CON PATATAS Y ZANAHORIAS</p> <p>BOQUERONES ENHARINADOS CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE PEPINILLO Y TALLOS DE ESPARRAGOS</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA KCAL 611 PROT 18 LIP 32 HC 67</p>
LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
<p>LENTEJAS CASERAS</p> <p>LOMO AL HORNO CON PURE DE PATATAS</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA KCAL 718 PROT 37 LIP 17 HC 110</p>	<p>MACARRONES INTEGRALES CON CHISTORRA PALOMETA CON VERDURAS Y LIMA EN PAPILOTE</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA KCAL 629 PROT 36 LIP 16 HC 84</p>	<p>CREMA DE ESPINACAS</p> <p>POLLO ASADO CON PATATAS</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA DE TEMPORADA KCAL 645 PROT 28 LIP 37 HC 52</p>	<p>ARROZ A LA CUBANA</p> <p>VENTRESCA DE MERLUZA CON ENSALADA MIXTA</p> <p>PAN DONUTS DE PASCUA KCAL 787 PROT 20 LIP 32 HC 104</p>	
LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
	<p>CREMA DE VERDURAS NATURAL</p> <p>SAN JACOBO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE</p> <p>PAN MELOCOTON ALMIBAR KCAL 603 PROT 16 LIP 26 HC 80</p>	<p>SOPA DE COCIDO</p> <p>COMPLEMENTO DE COCIDO MORCILLO, REPOLLO , GALLINAS GARBANZOS, CHORIZO</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA KCAL 611 PROT 25 LIP 18 HC 92</p>	<p>PATATAS ESTOFADAS CON TERNERA Y VERDURITAS</p> <p>REVUELTO DE HUEVO CON ATUN ENSALADA DE LECHUGA , TOMATE MAIZ , ACEITUNAS SIN HUESO</p> <p>PAN BATIDO DE YOGUR KCAL 600 PROT 40 LIP 23 HC 54</p>	<p>PAELLA VALENCIANA</p> <p>FILETE DE POLLO PLANCHA CON PISTO</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA KCAL 662 PROT 35 LIP 16 HC 94</p>
LUNES 29	MARTES 30			
<p>ESPAGUETTIS CON GAMBAS AL AJILLO</p> <p>CHULETAS SAJONIA CON ENSALADA DE LECHUGA DE ROBLE Y TOMATE</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA KCAL 703 PROT 28 LIP 17 HC 111</p>	<p>JUDIAS VERDES CON TOMATE</p> <p>LARDONES DE POLLO AL HORNO CON ZANAHORIA Y ARROZ</p> <p>PAN INTEGRAL MANZANA Y PORCION DE MEMBRILLO KCAL 615 PROT 23 LIP 14 HC 102</p>			