

# MAWERSA MENÚ



# 2019



LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
<p>JUDIAS VERDES BOLOÑESA</p> <p>VENTRESCA DE MERLUZA EN SALSA</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA KCAL 601 PROT 34 LIP 16 HC 80</p>	<p>PATATAS ESTOFADAS CON VERDURITAS Y CARNE DE TERNERA</p> <p>TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA KCAL 600 PROT 29 LIP 25 HC 66</p>	<p>GUISO DE GARBANZOS</p> <p>BONITO CON TOMATE</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA KCAL 611 PROT 35 LIP 18 HC 82</p>	<p>CREMA DE ESPARRAGOS</p> <p>ALBONDIGAS DE TERNERA CON PATATAS A CUADRITOS</p> <p>PAN YOGUR KCAL 638 PROT 21 LIP 40 HC 58</p>	<p>ARROZ INTEGRAL TRES DELICIAS</p> <p>POLLO ASADO AL LIMON</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA HELADO KCAL 685 PROT 31 LIP 22 HC 87</p>
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
<p>LENTEJAS CASERAS</p> <p>REVUELTO DE HUEVO Y ATUN ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA KCAL 624 PROT 38 LIP 20 HC 74</p>	<p>CREMA DE VERDURAS Y HORTALIZAS</p> <p>SAN JACOBO CON ENSALADA TROPICAL</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA KCAL 625 PROT 18 LIP 24 HC 86</p>	<p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>FILETE DE PESCADILLA A LA MADRILEÑA</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA DE TEMPORADA KCAL 612 PROT 25 LIP 12 HC 101</p>	<p>COLIFLOR CON PATATAS</p> <p>LARDONES DE POLLO AL HORNO CON ZANAHORIAS A LA PARRILLA</p> <p>PAN YOGUR KCAL 609 PROT 38 LIP 26 HC 65</p>	<p>SOPA DE CABELLIN</p> <p>LOMO PLANCHA CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, MAIZ TALLOS DE ESPARRAGOS, PEPINILLOS</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA HELADO KCAL 600 PROT 22 LIP 14 HC 80</p>
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
<p>MACARONES INTEGRALES CON TOMATE Y QUESO RALLADO</p> <p>SALMON EN PAPILOTE</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA KCAL 688 PROT 30 LIP 31 HC 71</p>	<p>GUISANTES SALTEADOS CON SALCHICHAS DE PAVO</p> <p>TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA KCAL 646 PROT 27 LIP 31 HC 66</p>	<p>ENSALADA DE JUDIAS BLANCAS CON LACON AHUMADO</p> <p>CACHELOS DE MERLUZA AL HORNO ENSALADA DE LECHUGA TOMATE ZANAHORIA RALLADA</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA KCAL 628 PROT 42 LIP 11 HC 95</p>	<p>CREMA DE CALABACIN</p> <p>FILETE DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA CAMPERA</p> <p>PAN YOGUR KCAL 604 PROT 43 LIP 26 HC 57</p>	<p>PAELLA VALENCIANA</p> <p>HAMBURGUESA AL HORNO CON RODAJA DE TOMATE NATURAL</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA HELADO KCAL 752 PROT 14 LIP 24 HC 101</p>

