

# MENÚ JUNIO 2021



**mawersa**  
~ 1983 ~



LUNES



7

<b>Lentejas vegetales</b>			
Fritura de pescado con guisantes y zanahoria dado			
Fruta de temporada			
Kcal	Prot	Lip	HC
685	30	17	108

14

<b>Estofado de verduritas y magro</b>			
Huevo frito con salsa de tomate triturado natural			
Fruta de temporada			
Kcal	Prot	Lip	HC
605	32	24	61

21

<b>Paella de verduras y pollo</b>			
Pescadilla en tempura con ensalada mixta			
Fruta de temporada			
Kcal	Prot	Lip	HC
607	32	8	105

MARTES

1

<b>Macarrones con tomate</b>			
Pescadilla romana con ensalada mixta			
Fruta de temporada			
Kcal	Prot	Lip	HC
636	29	15	95

8

<b>Crema de verduras y hortalizas natural</b>			
Revuelto de huevo y york con ensalada mixta			
Fruta de temporada			
Kcal	Prot	Lip	HC
600	28	22	76

15

<b>Garbanzos guisados</b>			
Cachelos de merluza con ensalada mixta			
Fruta de temporada			
Kcal	Prot	Lip	HC
632	38	17	84

22

<b>Sopa de cabellin</b>			
Hamburguesa de ternera con salsa de tomate y patatas			
Helado			
Kcal	Prot	Lip	HC
704	19	43	59

MIÉRCOLES

2

<b>Judías verdes salteada con zanahorias</b>			
Albóndigas de ternera con patatas			
Fruta de temporada			
Kcal	Prot	Lip	HC
632	21	24	87

9

<b>Arroz con tomate</b>			
Rape en salsa			
Fruta de temporada			
Kcal	Prot	Lip	HC
630	20	12	110

16

<b>Menestra de verduras salteada</b>			
Escalope de pollo con patatas			
Fruta de temporada			
Kcal	Prot	Lip	HC
643	28	27	77

23

<b>Crema de verduras y hortalizas</b>			
Tortilla francesa y pavo			
Fruta de temporada			
Kcal	Prot	Lip	HC
604	28	25	71

JUEVES

3

<b>Arroz con pollo</b>			
Ventresca de merluza con ensalada mixta			
Yogur			
Kcal	Prot	Lip	HC
661	36	10	106

10

<b>Coliflor gratinada</b>			
Hamburguesa de ternera con guarnición de ensalada de verano			
Yogur			
Kcal	Prot	Lip	HC
628	25	33	59

17

<b>Espirales boloñesa</b>			
Salmón a la naranja			
Yogur			
Kcal	Prot	Lip	HC
672	43	25	75

24

<b>Ensalada de pasta</b>			
Lomo plancha con patatas			
Fruta de temporada			
Kcal	Prot	Lip	HC
693	30	29	74

VIERNES

4

<b>Vichyssoise natural</b>			
Filete de aguja empanado casero con patatas			
Fruta de temporada			
Kcal	Prot	Lip	HC
630	28	26	73

11

<b>Sopa de estrellitas</b>			
Pollo asado con guarnición de patatas			
Fruta de temporada			
Kcal	Prot	Lip	HC
630	31	30	59

18

<b>Crema de calabacín natural</b>			
Carne asada en su jugo con patatas			
Fruta de temporada			
Kcal	Prot	Lip	HC
609	24	24	76



Nuestros menús incluyen PAN BLANCO y la bebida es AGUA.