

Abril 2025

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

Productos de temporada y proximidad.



Plan de reducción del desperdicio.



NUEVA RECETA



ACEITE DE OLIVA VIRGEN



INTEGRAL



PROXIMIDAD



ECOLÓGICO



RESIDUOS



OCASIONAL



ALERGIAS

mawersa
~ 1983 ~

914 600 411

mawersa@mawersa.com

www.mawersa.com

Aportes calóricos teóricos calculados para niños de 6 a 9 años.

Menú elaborado por el Departamento de Nutrición de MAWERSA, S.L.

Lunes



7

JUDIAS VERDES CON HUEVO DURO

LOMO SAJONIA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE

YOGUR-FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)
600	31	28	59	6

21



28

CANELONES DE CARNE

FILETE DE PESCADILLA CON ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA

YOGUR-FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)
618	41	25	54	5

Martes

1

PUCHERO ANDALUZ

HUEVO FRITO CON PATATAS Y ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE

FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)
680	28	29	79	6

8

OLLA DE FRIJOL

LENGUADINA EN SALSA BILBAINA CON PATATAS Y ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE

FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)
697	50	17	75	1

22

MACARRONES INTEGRALES BOLOÑESA

TORTILLA DE ATUN CON ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA RALLADA

GELATINA FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)
688	39	22	82	3

29

ARROZ INTEGRAL CON TOMATE

ALBONDIGAS DE TERNERA CON PATATAS A LA JARDINERA

FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)
699	17	28	95	3

Miércoles

2

ARROZ MELOSO

VENTRESCA DE MERLUZA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE

MANZANA ECOLÓGICA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)
606	31	9	100	1

9

CREMA DE CALABACIN ECOLÓGICO

ESTOFADO DE POLLO CON ARROZ INTEGRAL

FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)
728	31	17	117	5

23

LENTEJAS CASTELLANA

LIBRITOS DE JAMON YORK Y QUESO CON TOMATE ALIÑADO

FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)
680	40	20	87	6

30

SOPA DE COCIDO

COMPLEMENTO DE COCIDO REPOLLO, MORCILLO, POLLO GARBANZOS, CHORIZO

FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)
621	28	10	100	3

Jueves

3

BRÓCOLI CON CALABAZA AL HORNO

PECHUGA DE POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES

FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)
602	37	18	79	8

10

SOPA DE COCIDO

COMPLEMENTO DE COCIDO REPOLLO, MORCILLO, POLLO GARBANZOS, CHORIZO

FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)
621	28	10	100	3

24

ARROZ CON MAGRO Y VERDURITAS

FILETE DE MERLUZA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE ECOLÓGICO

FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)
622	37	14	86	4

Viernes

4

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURITAS

BUÑUELOS DE BACALAO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE

FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)
691	33	18	100	2

11



25

SOPA DE VEGETALES MIXTA

POLLO ASADO CON PATATAS

FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)
621	33	30	56	3



Aquí la comida no viaja,
Se cocina al momento en las cocina
Del colegio