

MAWERSA MENU MARZO 2020

LUNES 2 DIA NO LECTIVO	MARTES 3	MIERCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
	<p>MACARRONES CON Salsa de TOMATE Y ATÚN</p> <p>TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA RALLADA, MAIZ, ACEITUNAS SIN HUESO</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE KCAL 739 PROT 37 LIP 26 HC 88</p>	<p>CREMA DE BROCOLI Y CALABAZA</p> <p>LARDONES DE POLLO AL HORNO CON FONDO DE PATATAS</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE KCAL 693 PROT 33 LIP 24 HC 92</p>	<p>SOPA DE COCIDO</p> <p>COMPLEMENTO DE COCIDO MORCILLO, REPOLLO, GALLINA GARBANZOS, CHORIZO</p> <p>PAN YOGUR DE SABOR KCAL 637 PROT 28 LIP 20 HC 82</p>	<p>ESTOFADO DE VERDURAS Y HORTALIZAS</p> <p>FILETE DE MERLUZA CON ARROZ AL CURRY</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE KCAL 692 PROT 34 LIP 18 HC 101</p>
LUNES 9	MARTES 10	MIERCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
<p>CALABACIN A LA CREMA</p> <p>ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE KCAL 730 PROT 29 LIP 35 HC 76</p>	<p>ESPAGUETIS CUATRO QUESOS</p> <p>TACO DE PESCADILLA CON CAPRICHOS DE MAR</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE KCAL 761 PROT 40 LIP 16 HC 114</p>	<p>LENTEJAS CASERAS CON VERDURITAS</p> <p>LOMO AL HORNO CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, PEPINILLOS Y TALLOS DE ESPÁRRAGOS</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE KCAL 722 PROT 44 LIP 21 HC 92</p>	<p>JUDIAS VERDES SALTEADAS CON ZANAHORIA DADO</p> <p>PECHUGA DE POLLO VILLARROY CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE</p> <p>PAN INTEGRAL YOGUR NATURAL KCAL 608 PROT 24 LIP 19 HC 84</p>	<p>CAZUELA MARINERA DE ARROZ</p> <p>REVUELTO DE HUEVO Y PATATA</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE KCAL 726 PROT 25 LIP 21 HC 112</p>
LUNES 16	MARTES 17	MIERCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20 MENU PRIMAVERAL
<p>SOPA DE POLLO Y PASTA</p> <p>DELICIAS DE SALMÓN MARINADO CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA RALLADA</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE KCAL 711 PROT 34 LIP 36 HC 65</p>	<p>COLIFLOR AL HORNO</p> <p>RAGOUT DE TERNERA CON GUARNICIÓN DE ARROZ INTEGRAL</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE KCAL 701 PROT 37 LIP 27 HC 78</p>	<p>GARBANZOS A LA CASTELLANA</p> <p>HUEVO FRITO CON PISTO NATURAL</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE KCAL 733 PROT 32 LIP 26 HC 98</p>	<p>CREMA DE VERDURAS NATURAL</p> <p>SALCHICHAS DE PAVO EN Salsa CON PATATAS GAJO</p> <p>PAN YOGUR NATURAL KCAL 625 PROT 27 LIP 32 HC 67</p>	<p>TALLARINES A LA CREMA ROSA</p> <p>BACALAO PRIMAVERAL</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE KCAL 763 PROT 34 LIP 22 HC 110</p>
LUNES 23	MARTES 24	MIERCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
<p>MENESTRA DE VERDURAS AL HORNO</p> <p>HAMBURGUESA DE TERNERA AL HORNO CON PURÉ</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE KCAL 731 PROT 25 LIP 36 HC 81</p>	<p>ARROZ MELOSO CON MAGRO</p> <p>SUPREMA DE PALOMETA CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, MAIZ Y REMOLACHA</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE KCAL 716 PROT 43 LIP 19 HC 94</p>	<p>CREMA DE ZANAHORIAS, PUERROS Y ACELGAS</p> <p>POLLO ENTOMATADO</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE KCAL 686 PROT 28 LIP 31 HC 79</p>	<p>LACITOS A LA CARBONARA</p> <p>PESCADILLA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE</p> <p>PAN YOGUR DE SABOR KCAL 680 PROT 37 LIP 19 HC 86</p>	<p>EMPEDRADO DE JUDIAS PINTAS CON VERDURITAS</p> <p>TORTILLA DE PATATAS CON TIRAS DE PIMIENTO VERDES Y ROJOS</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE KCAL 752 PROT 38 LIP 24 HC 100</p>
LUNES 30	MARTES 31			
<p>CANELONES ROSSINI</p> <p>CACHELOS DE MERLUZA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE KCAL 749 PROT 35 LIP 33 HC 94</p>	<p>PATATAS A LA HUERTANA</p> <p>HUEVO COCIDO CON Salsa DE TOMATE</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE KCAL 698 PROT 21 LIP 37 HC 74</p>			

NOTA. LA LECHE QUE SE SIRVE DESPUES DEL POSTRE SERA OPCIONAL

