




# MAWERSA MENU SIN FRUTOS SECOS MARZO 2020

LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
	<p>MACARRONES CON SALSA DE TOMATE</p> <p>TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA</p>	<p>CREMA DE BROCOLI Y CALABAZA</p> <p>LARDONES DE POLLO PLANCHA CON PATATAS AL HORNO</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA</p>	<p>SOPA DE COCIDO</p> <p>COMPLEMENTO DE COCIDO MORCILLO, REPOLLO, GALLINA GARBANZOS</p> <p>PAN YOGUR DE SABOR</p>	<p>ESTOFADO DE VERDURAS Y HORTALIZAS</p> <p>FILETE DE MERLUZA PLANCHA CON ARROZ BLANCO</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA</p>
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
<p>CALABACIN A LA CREMA</p> <p>ALBÓNDIGAS DE TERNERA NATURAL A LA JARDINERA</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA</p>	<p>ESPAGUETIS CON TOMATE</p> <p>PESCADILLA PLANCHA CON ENSALADA</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA</p>	<p>LENTEJAS CASERAS CON VERDURITAS</p> <p>LOMO PLANCHA CON ENSALADA</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA</p>	<p>JUDIAS VERDES SALTEADAS CON ZANAHORIA DADO</p> <p>FILETE DE POLLO PLANCHA CON ENSALADA</p> <p>PAN YOGUR NATURAL</p>	<p>CAZUELA MARINERA DE ARROZ</p> <p>REVUELTO DE HUEVO Y PATATA</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA</p>
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20 MENU PRIMAVERAL
<p>SOPA DE POLLO Y PASTA DE FIDEOS</p> <p>SALMON PLANCHA CON ENSALADA</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA</p>	<p>COLIFLOR SALTEADA</p> <p>RAGOUT DE TERNERA CON GUARNICIÓN DE ARROZ INTEGRAL</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA</p>	<p>GARBANZOS A LA CASTELLANA</p> <p>HUEVO FRITO CON PISTO NATURAL</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA</p>	<p>CREMA DE VERDURAS NATURAL</p> <p>SALCHICHAS DE PAVO EN SALSA CON PATATAS GAJO</p> <p>PAN YOGUR NATURAL</p>	<p>ESPAGUETIS CON TOMATE</p> <p>BACALAO PLANCHA PRIMAVERAL</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA</p>
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
<p>MENESTRA DE VERDURAS AL HORNO</p> <p>HAMBURGUESA DE TERNERA NATURAL PLANCHA CON PURE</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA</p>	<p>ARROZ MELOSO CON MAGRO</p> <p>PALOMETA PLANCHA CON ENSALADA</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA</p>	<p>CREMA DE ZANAHORIAS, PUERROS Y ACELGAS</p> <p>POLLO ENTOMATADO NATURAL</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA</p>	<p>MACARRONES CON TOMATE</p> <p>PESCADILLA PLANCHA CON ENSALADA</p> <p>PAN YOGUR DE SABOR</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</p>
LUNES 30	MARTES 31			
<p>PASTA SIN FRUTOS SECOS</p> <p>CANELONES DE CARNE PICADA NATURAL</p> <p>MERLUZA PLANCHA CON ENSALADA</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA</p>	<p>PATATAS A LA HUERTANA</p> <p>HUEVO COCIDO NATURAL CON SALSA DE TOMATE</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA</p>	<p>Taller de alimentación y deporte</p> 	<p>El tren de los buenos modales</p> 	<p><b>Receta de la amistad</b></p> <p><b>Ingredientes</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• un paquete grande de cariño</li> <li>• Tres tazas de alegría</li> <li>• Mucha comprensión</li> <li>• Taza y media de compañerismo</li> <li>• Respeto por montones</li> <li>• Dos tazas de generosidad</li> <li>• Una pizca de picardía</li> <li>• Diez onzas de fidelidad</li> <li>• Una libra de confianza</li> </ul> <p><b>Para preparar</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mezcla a fuego lento el cariño, la alegría y el compañerismo.</li> <li>• Echale el respeto y mézclalo bien. Dale color con picardía y condimentalo con fidelidad y confianza. Agrega bastante generosidad y comprensión. Bate todo con mucho amor y por favor no dejes que se enfríe jamás.</li> </ul>

