




# MAWERSA MENU SIN HUEVO MARZO 2020

| <b>LUNES 2</b>  | <b>MARTES 3</b>  | <b>MIÉRCOLES 4</b>   | <b>JUEVES 5</b>   | <b>VIERNES 6</b>  |
|---|--|--|---|---|
|    | <p><b>PASTA SIN HUEVO</b><br/>MACARRONES CON SALSA DE TOMATE</p> <p>FILETE DE TERNERA PLANCHA CON ENSALADA</p> <p>PAN<br/>FRUTA DE TEMPORADA</p>                   | <p>CREMA DE BROCOLI Y CALABAZA</p> <p>LARDONES DE POLLO PLANCHA CON PATATAS AL HORNO</p> <p>PAN<br/>FRUTA DE TEMPORADA</p>                 | <p><b>PASTA SIN HUEVO</b><br/>SOPA DE COCIDO</p> <p>COMPLEMENTO DE COCIDO<br/>MORCILLO, REPOLLO, GALLINA GARBANZOS, CHORIZO</p> <p>PAN<br/>YOGUR DE SABOR</p> | <p>ESTOFADO DE VERDURAS Y HORTALIZAS</p> <p>FILETE DE MERLUZA PLANCHA CON ARROZ BLANCO</p> <p>PAN<br/>FRUTA DE TEMPORADA</p>  |
| <p><b>LUNES 9</b></p> <p>CALABACIN A LA CREMA</p> <p>ALBÓNDIGAS DE TERNERA NATURAL A LA JARDINERA</p> <p>PAN<br/>FRUTA DE TEMPORADA</p>                           | <p><b>MARTES 10</b></p> <p><b>PASTA SIN HUEVO</b><br/>ESPAGUETIS CON TOMATE</p> <p>FILETE DE PESCADILLA PLANCHA CON ENSALADA</p> <p>PAN<br/>FRUTA DE TEMPORADA</p> | <p><b>MIÉRCOLES 11</b></p> <p>LENTEJAS CASERAS CON VERDURITAS</p> <p>LOMO PLANCHA CON ENSALADA</p> <p>PAN<br/>FRUTA DE TEMPORADA</p>       | <p><b>JUEVES 12</b></p> <p>JUDIAS VERDES SALTEADAS CON ZANAHORIA DADO</p> <p>FILETE DE POLLO PLANCHA CON ENSALADA</p> <p>PAN<br/>YOGUR NATURAL</p>            | <p><b>VIERNES 13</b></p> <p>CAZUELA MARINERA DE ARROZ</p> <p>YORK PLANCHA CON PATATAS</p> <p>PAN<br/>FRUTA DE TEMPORADA</p>   |
| <p><b>LUNES 16</b></p> <p><b>PASTA SIN HUEVO</b><br/>SOPA DE POLLO Y PASTA CON FIDEOS</p> <p>SALMON PLANCHA CON ENSALADA</p> <p>PAN<br/>FRUTA DE TEMPORADA</p>    | <p><b>MARTES 17</b></p> <p>COLIFLOR SALTEADA</p> <p>RAGOUT DE TERNERA CON GUARNICIÓN DE ARROZ INTEGRAL</p> <p>PAN<br/>FRUTA DE TEMPORADA</p>                       | <p><b>MIÉRCOLES 18</b></p> <p>GARBANZOS A LA CASTELLANA</p> <p>ESCALOPIN PLANCHA CON PISTO NATURAL</p> <p>PAN<br/>FRUTA DE TEMPORADA</p>   | <p><b>JUEVES 19</b></p> <p>CREMA DE VERDURAS NATURAL</p> <p>SALCHICHAS DE PAVO EN SALSA CON PATATAS GAJO</p> <p>PAN<br/>YOGUR NATURAL</p>                     | <p><b>VIERNES 20 MENU PRIMAVERAL</b></p> <p><b>PASTA SIN HUEVO</b><br/>ESPAGUETIS CON TOMATE</p> <p>BACALAO PLANCHA PRIMAVERAL</p> <p>PAN<br/>FRUTA DE TEMPORADA</p>  |
| <p><b>LUNES 23</b></p> <p>MENESTRA DE VERDURAS AL HORNO</p> <p>HAMBURGUESA DE TERNERA NATURAL PLANCHA CON PURE</p> <p>PAN<br/>FRUTA DE TEMPORADA</p>              | <p><b>MARTES 24</b></p> <p>ARROZ MELOSO CON MAGRO</p> <p>PALOMETA PLANCHA CON ENSALADA</p> <p>PAN<br/>FRUTA DE TEMPORADA</p>                                       | <p><b>MIÉRCOLES 25</b></p> <p>CREMA DE ZANAHORIAS, PUERROS Y ACELGAS</p> <p>POLLO ENTOMATADO NATURAL</p> <p>PAN<br/>FRUTA DE TEMPORADA</p> | <p><b>JUEVES 26</b></p> <p><b>PASTA SIN HUEVO</b><br/>MACARRONES CON TOMATE</p> <p>PESCADILLA PLANCHA CON ENSALADA</p> <p>PAN<br/>YOGUR DE SABOR</p>          | <p><b>VIERNES 27</b></p> <p>EMPEDRADO DE JUDIAS PINTAS CON VERDURITAS</p> <p>PAVO PLANCHA CON TIRAS DE PIMIENTOS VERDES Y ROJOS</p> <p>PAN<br/>FRUTA DE TEMPORADA</p>   |
| <p><b>LUNES 30</b></p> <p><b>PASTA SIN HUEVO</b><br/>CANELONES CON CARNE PICADA NATURAL</p> <p>MERLUZA PLANCHA CON ENSALADA</p> <p>PAN<br/>FRUTA DE TEMPORADA</p> | <p><b>MARTES 31</b></p> <p>PATATAS A LA HUERTANA</p> <p>LOMO PLANCHA CON SALSA DE TOMATE</p> <p>PAN<br/>FRUTA DE TEMPORADA</p>                                     | <p>Taller de alimentación y deporte</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 cariffo</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 cariffo, la alegría y el compañerismo.</li> <li>• Echa el respeto y mezcla bien. Dale color con picardía y condíméntalo 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> |

