

menÚ OCTUBRE 2020

mawersa
~ 1983 ~



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

5
Crema de calabacín
Albondigas de ternera natural con verduritas
Y patatas a cuadritos
Fruta de temporada

6
Pasta sin huevo
Macarrones con tomate
Bacalao plancha con ensalada
Fruta de temporada

7
Coliflor con patatas
Filete de pollo plancha con ensalada
Fruta de temporada

8
Empedrado de judías pintas con verduritas
Filete de pescadilla plancha con ensalada
Fruta de temporada



12
FESTIVO

13
Judías verdes salteadas
Lomo plancha con pure de patatas
Fruta de temporada

14
Arroz con tomate
Merluza plancha con verduras
Fruta de temporada

15
Crema de espinacas y zanahorias
York plancha con ensalada
Fruta de temporada

16
Pasta sin huevo
Sopa de fideos
Complemento de cocido: Repollo, chorizo, garbanzos, pollo
Fruta de temporada

19
Pasta sin huevo
Espaguetis con tomate
Rape plancha con ensalada
Fruta de temporada

20
Lentejas caseras con verduras
Escalopin de ternera plancha con ensalada
Fruta de temporada

21
Crema de verduras natural
Hamburguesa de ternera natural plancha
Con rodaja de tomate
Fruta de temporada

22
Patatas riojana con verduritas
Filete de pescadilla plancha con ensalada
Yogur

23
Menestra de verduras salteadas
Pollo asado con patatas
Fruta de temporada

26
Arroz caldoso con verduritas
Salmon plancha con ensalada
Fruta de temporada

27
Crema de calabacín
Ragout de ternera con verduras y patatas
Fruta de temporada

28
Garbanzos guisados
Pavo plancha con ensalada
Fruta de temporada

29
Guisantes salteados con jamón
Lardones de pollo plancha con arroz integral
Batido de yogur

30
Pasta sin huevo
Macarrones con tomate
Filete de merluza plancha con ensalada
Fruta de temporada

Nuestros menús incluyen PAN BLANCO y la bebida es AGUA.