

menú MAYO 2021

mawersa
~ 1983 ~



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



10

11

12

13

14

Macarrones boloñesa			
Rape marinera			
Fruta de temporada y leche			
Kcal	Prot	Lip	HC
706	36	22	91

Judías verdes con taquitos de pavo y zanahoria baby			
Albóndigas de ternera a la jardinera con arroz integral			
Fruta de temporada y leche			
Kcal	Prot	Lip	HC
722	27	26	99

Lentejas vegetales			
Pizza margarita			
Fruta de temporada y leche			
Kcal	Prot	Lip	HC
787	36	19	120

Arroz con tomate y huevo frito			
Filete de pescadilla en tempura con ensalada mixta			
Yogur			
Kcal	Prot	Lip	HC
677	36	21	91

Crema de verduras y hortalizas natural			
Pollo asado con patatas			
Fruta de temporada y leche			
Kcal	Prot	Lip	HC
725	34	35	70

17

18

19

20

21

Paella de verduras			
Hamburguesa de ternera al horno con patatas			
Fruta de temporada y leche			
Kcal	Prot	Lip	HC
774	25	34	95

Lacitos con tomate			
Ventresca de merluza con ensalada mixta			
Fruta de temporada y leche			
Kcal	Prot	Lip	HC
727	37	17	107

Alubias a la hortelana			
Escalope de pollo con pisto			
Fruta de temporada y leche			
Kcal	Prot	Lip	HC
781	51	20	100

Patatas con costillas y verduras			
Salmón al horno con ensalada mixta			
Yogur			
Kcal	Prot	Lip	HC
615	36	24	65

Brócoli al toque de queso			
Huevo frito con salchichas frescas			
Helado			
Kcal	Prot	Lip	HC
704	20	41	53

24

25

26

27 Día SIN GLUTEN en el cole

28

Sopa de arroz con menudillo de morcillo			
Pescadilla con verduras, patatas y batatas al horno			
Fruta de temporada y leche			
Kcal	Prot	Lip	HC
678	29	23	92

Menestra de verduras			
Plato combinado de tortilla francesa, loncha de pavo y loncha de salchichón			
Fruta de temporada y leche			
Kcal	Prot	Lip	HC
695	35	33	68

Guiso de garbanzos			
Cachelos de merluza romana con ensalada mixta			
Fruta de temporada y leche			
Kcal	Prot	Lip	HC
719	44	22	90

Espaguetis con tomate			
Lardones de pollo al horno con patatas			
Fruta de temporada y leche			
Kcal	Prot	Lip	HC
725	37	18	103

Crema de zanahorias natural			
Lomo Sajonia con ensalada campera			
Yogur			
Kcal	Prot	Lip	HC
626	22	28	77

31

Lentejas caseras			
Tortilla de patatas con ensalada mixta			
Fruta de temporada y leche			
Kcal	Prot	Lip	HC
768	32	20	120