

menú sin HUEVO OCTUBRE 2021

mawersa
~ 1983 ~



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



¡Alimentación + ejercicios = vida saludable!



4

Arroz con tomate
Merluza plancha con ensalada
Fruta de temporada

Crema de calabacín natural
Albóndigas de ternera natural con patatas
A cuadrillos
Fruta de temporada

Lentejas caseras
Filete de ternera plancha con ensalada
Fruta de temporada

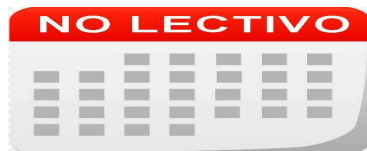
Judías verdes con tomate
Pollo asado con patatas
Yogur

8

Pasta sin huevo
Sopa de cocido
Complemento de cocido: Morcillo, repollo,
chorizo, pollo, garbanzos
Fruta de temporada

Pasta sin huevo
Espaguetis con tomate
Abadejo plancha con ensalada
Fruta de temporada

11



12



13

Pasta sin huevo
Sopa de fideos
Escalopin plancha con pisto natural
Fruta de temporada

14

Arroz con pollo
Atún plancha con tomate triturado
natural
Yogur

15

Repollo con garbanzos
Hamburguesa de ternera natural plancha
Con pure de patatas
Fruta de temporada

18

Pasta sin huevo
Macarrones con tomate
Pescadilla plancha con ensalada
Fruta de temporada

19

Estofado de ternera con verduras
Salchichas de pavo con tomate
Fruta de temporada

20

Empedrado de judías
Merluza plancha con ensalada
Fruta de temporada

21

Coliflor salteada
Lomo plancha con patatas
Yogur

22

Pasta sin huevo
Sopa de fideos
Lardones de pollo plancha con arroz
Integral
Fruta de temporada

25

Crema de verduras natural
Filete de aguja plancha con patatas
Fruta de temporada

26

Fabada asturiana
Bacalao plancha con ensalada
Fruta de temporada

27

Brócoli con patatas y zanahorias
Filete de pollo plancha con ensalada
Fruta de temporada

28

Pasta sin huevo
Espaguetis con tomate
Pescadilla plancha con ensalada
Yogur

29

Patatas con arroz y verduras
Pavo plancha con ensalada campera
Fruta de temporada

Nuestros menús incluyen PAN BLANCO y la bebida es AGUA.