

# MENÚ MAYO 2022

**mawersa**  
~ 1983 ~



## LUNES



INTEGRAL



NUOVA RECETA

9

JUDIAS VERDES CON PATATAS

HAMBURGUESA DE TERNERA CON SALSADA DE TOMATE

FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
683	24	34	76

16

ENSALADA DE PASTA CON ATÚN

TORTILLA DE QUESO CON ENSALADA MIXTA

FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
733	37	29	82

23

SOPA DE CABELLIN CON PICADILLO DE MORCILLO

TORTILLA FRANCESA Y LONCHA DE PAVO CON ENSALADA MIXTA

FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
675	39	27	72

30

ARROZ A LA CUBANA CON HUEVO FRITO

DELICIAS DE BACALAO CON ENSALADA MIXTA

FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
721	33	26	90

## MARTES

3

MACARRONES BOLOÑESA  
TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA MIXTA

FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
744	36	31	80

10

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS

MEDALLON DE SALMÓN CON ENSALADA MIXTA

FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
686	47	17	87

17

PURÉ DE VERDURAS NATURALES, REPOLLO, ACELGAS, ZANAHORIAS Y PUERROS

JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO CON SALSADA BARBARCOA

FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
628	36	17	88

24

EMPEDRADO DE JUDIAS

CACHELOS DE VENTRESCA CON ENSALADA CAMPERA

FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
706	50	16	92

31

SOPA DE COCIDO

COMPLEMENTO DE COCIDO, GARBANZOS, CHORIZO, POLLO, MORCILLO Y REPOLLO

FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
697	30	22	98

## MIÉRCOLES

4

LENTEJAS CASERAS

SUPREMA DE MERLUZA MARINERA

FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
695	58	12	89

11

FIDEUA CON POLLO

HUEVOS BELLA AURORA

FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
696	21	17	102

18

GARBANZOS GUISADOS

GALLO AL HORNO CON PATATAS PANADERA

FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
728	38	32	75

25

CREMA DE VERDURAS Y HORTALIZAS

FILETE DE POLLO MILANESA CON ENSALADA MIXTA

FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
677	35	22	89

## JUEVES

5

CREMA DE VERDURAS Y HORTALIZAS  
LARDONES DE POLLO AL HORNO CON PATATAS

YOGUR O FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
603	31	23	69

12

ARROZ CON TOMATE

VENTRESCA ORLY CON ENSALADA MIXTA

YOGUR O FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
651	31	20	88

19

COLIFLOR AL HORNO

ALBONDIGAS DE TERNERA CON ARROZ BLANCO INTEGRAL

YOGUR O FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
622	25	28	77

26

WOK DE ARROZ

MERLUZA EN SALSADA AL LIMON

YOGUR O FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
610	28	23	74

## VIERNES

6

PAELLA DE VERDURAS Y MAGRO  
FILETE DE PESCADILLA MADRILEÑA CON ENSALADA MIXTA

FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
679	49	14	89

13

SOPA DE COCIDO

COMPLEMENTO DE COCIDO, GARBANZOS, CHORIZO, POLLO, MORCILLO Y REPOLLO

FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
697	30	22	98

20

PATATAS ESTOFADAS CON VERDURITAS Y TERNERA

PESCADILLA ROMANA CON ENSALADA MIXTA

FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
676	30	26	76

27 **DIA SIN GLUTEN**

MACARRONES CON TOMATE

LOMO PLANCHA CON ENSALADA MIXTA

FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
738	23	17	100