

MENÚ OCTUBRE 2021

mawersa
~ 1983 ~



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes



mawersa
~ 1983 ~

Lentejas caseras

Tortilla francesa con loncha de pavo

Yogur

Kcal	Prot	Lip	HC
667	43	18	85

4

5

6

7

8

Arroz con tomate

Merluza con ensalada mixta

Fruta de temporada

Kcal	Prot	Lip	HC
635	27	9	110

Crema de calabacín natural

Albóndigas de ternera con patatas a cuadritos

Fruta de temporada

Kcal	Prot	Lip	HC
603	27	27	68

Sopa de cocido

Complemento de cocido: Morcillo, repollo, chorizo, pollo, garbanzos

Fruta de temporada

Kcal	Prot	Lip	HC
611	25	18	92

Judías verdes rehogadas

Escalope de pollo con patatas

Fruta de temporada

Kcal	Prot	Lip	HC
640	41	29	57

Espirales con bacón y queso rallado

Bacalao con ensalada mixta

Fruta de temporada

Kcal	Prot	Lip	HC
654	32	16	97

11

12

13

14

15

Crema de verduras

Cinta de lomo con patatas fritas

Fruta de temporada

Kcal	Prot	Lip	HC
644	18	28	74



Arroz con pollo

Varitas de pescado con ensalada mixta

Fruta de temporada

Kcal	Prot	Lip	HC
677	21	18	110

Alubias blancas estofadas

Tortilla patata con ensalada mixta

Yogur

Kcal	Prot	Lip	HC
671	37	24	85

Guisantes con jamón york

Hamburguesa de ternera plancha con patatas fritas

Fruta de temporada

Kcal	Prot	Lip	HC
647	23	38	56

18

19

20

21

22

Macarrones boloñesa

Pescadilla con ensalada mixta

Fruta de temporada

Kcal	Prot	Lip	HC
640	37	17	84

Empedrado de garbanzos

Tortilla francesa con salsa de tomate y salchichas

Fruta de temporada

Kcal	Prot	Lip	HC
734	35	38	65

Sopa de estrellitas

Escalope de cerdo con ensalada mixta

Fruta de temporada

Kcal	Prot	Lip	HC
601	32	20	75

Arroz con tomate

Abadejo con ensalada mixta

Fruta de temporada

Kcal	Prot	Lip	HC
633	27	11	105

Crema de verduras

Pollo asado con patatas fritas

Yogur

Kcal	Prot	Lip	HC
616	32	37	47

25

26

27

28

29

Lentejas caseras con verduras

Tortilla de patata con ensalada mixta

Fruta de temporada

Kcal	Prot	Lip	HC
696	28	18	107

Arroz con verduras

Salmón marinado con ensalada mixta

Yogur

Kcal	Prot	Lip	HC
617	33	23	76

Judías verdes

Filete de pollo con patatas fritas

Fruta de temporada

Kcal	Prot	Lip	HC
605	28	24	74

Sopa de cocido

Complemento de cocido: Morcillo, repollo, chorizo, pollo, garbanzos

Fruta de temporada

Kcal	Prot	Lip	HC
611	25	18	92

Espaguetis con tomate y picadillo de chorizo

Merluza con ensalada mixta

Fruta de temporada

Kcal	Prot	Lip	HC
645	35	20	85

Nuestros menús incluyen PAN BLANCO y la bebida es AGUA.