

MENU DICIEMBRE 2020



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

7



1

Acelgas a la valenciana con arroz
Lomo plancha con ensalada mixta

Fruta de temporada

Kcal	Prot	Lip	HC
603	22	13	93

8



2

Lacitos boloñesa
Ventresca de bacalao con ensalada mixta

Fruta de temporada

Kcal	Prot	Lip	HC
639	37	17	84

9

Judías verdes con tomate

Tortilla de patatas con ensalada Mixta

Fruta de temporada

Kcal	Prot	Lip	HC
750	28	32	89

16

Crema de verduras y hortalizas

Jamón asado caramelizado con patatas braseadas

Fruta de temporada

Kcal	Prot	Lip	HC
622	29	25	77

3

Crema de calabaza

Churrasco de pollo al horno con patatas a cuadritos

Fruta de temporada

Kcal	Prot	Lip	HC
641	31	28	69

10

Sopa de cocido

Complemento de cocido; repollo, chorizo, morcillo, pollo, garbanzos

Fruta de temporada

Kcal	Prot	Lip	HC
611	25	18	92

17

Puchero de invierno con magro, alcachofas, patatas, puerros, zanahorias y guisantes

Pescadilla a la andaluza con ensalada mixta

Fruta de temporada

Kcal	Prot	Lip	HC
600	45	9	89

4

Fideua de verduras

Revuelto de huevo y atún con ensalada mixta

Yogur

Kcal	Prot	Lip	HC
673	27	21	86

11

Arroz con pollo y verduras

Cachelos de salmón con ensalada mixta

Fruta de temporada

Kcal	Prot	Lip	HC
631	32	11	99

18

Coliflor gratinada

Lardones de pollo al limón con puré

Gelatina

Kcal	Prot	Lip	HC
601	43	18	125

14

Lentejas caseras con verduritas

Tortilla francesa con ensalada mixta

Fruta de temporada

Kcal	Prot	Lip	HC
644	38	16	91

15

Macarrones con tomate y chistorra

Marmitako de fogonero

Fruta de temporada

Kcal	Prot	Lip	HC
627	22	23	85

22

Sopa navidad de pasta

Hamburguesa de ternera al horno con patatas chips

Natillas

Kcal	Prot	Lip	HC
714	20	40	70

MAWERSA LES DESEA FELIZ NAVIDAD

Nuestros menús incluyen PAN BLANCO y la bebida es AGUA.