

MENÚ DICIEMBRE 2021

mawersa
- 1983 -



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



6

7

1

GUIZO DE POLLO CON VERDURITAS Y HORTALIZAS - ZANAHORIAS ECOLÓGICAS
PESCADILLA EN TEMPURA CON ENSALADA MIXTA
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
580	44	9	86	2

8

2

CREMA DE CALABACIN
CARNE ASADA EN SU JUGO CON PURÉ DE PATATA
YOGUR

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
624	26	22	81	5

9

PAELLA DE VERDURA Y MAGRO
REVUELTO DE HUEVO Y PAVO CON ENSALADA MIXTA
YOGUR

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
636	35	22	81	3

16

SOPA DE CABELLIN
POLLO ASADO CON PATATAS
YOGUR

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
615	33	29	54	3

3

TAGLIATELLA DE LA DAMA Y EL VAGABUNDO
CACHELOS DE BACALAO CON ENSALADA MIXTA
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
630	42	15	82	4

10

SOPA DE COCIDO
COMPLEMENTO DE COCIDO. MORCILLO, REPOLLO GARBANZOS, POLLO, CHORIZO
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
621	26	18	92	1

17

COLIFLOR GRATINADA
LOMO PLANCHA Y HUEVO FRITO CON SALSA DE TOMATE
MANZANA ECOLÓGICA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
601	27	28	51	5

13

MACARRONES ECOLOGICOS BOLOÑESA
GALLO DE SAN PEDRO CON PATATAS A LA IMPORTANCIA
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
702	37	26	79	6

20

ARROZ MELOSO CON POLLO
DELICIAS DE PESCADILLA CON ENSALADA MIXTA CON TOMATE ECOLÓGICO
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
615	33	9	101	1

14

CREMA DE PUERROS Y CALABAZA
ALBÓNDIGAS DE TERNERA CON ARROZ INTEGRAL
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
656	21	18	104	3

21

PUCHERO DE GARBANZOS CON REPOLLO
TORTILLA ESPAÑOLA CON GUARNICION DE PISTO NATURAL
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
699	23	21	107	3

15

LENTEJAS CASERAS
MERLUZA A LA CAZUELA
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
611	29	12	101	2

22 **MENÚ DE NAVIDAD**

SOPA DE NAVIDAD
HAMBURGUESA DE TERNERA AL HORNO CON TOMATE Y PATATAS CHIPS
BATIDO DE CHOCOLATE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
744	23	42	86	3



Nuestros menús incluyen PAN BLANCO e INTEGRAL y la bebida es AGUA.