

MENÚ ABRIL 2022



mawersa
- 1983 -



LUNES

4

MACARRONES INTEGRALES BOLOÑESA


TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA MIXTA

FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
659	32	26	74	5



25

COLIFLOR CON QUESO Y BECHAMEL
ALBONDIGAS DE TERNERA EN SALSA CON PATATAS

FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
601	20	28	70	5

MARTES

5

ARROZ CREMOSO CON POLLO

MERLUZA EN SALSA MARINERA

FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
604	27	8	107	2

19


SOPA DE ESTRELLITAS

PECHUGA DE POLLO VILLARROY CON PISTO

MELOCOTON EN ALMIBAR O FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
600	21	22	83	5

26

JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS ECOLÓGICAS 

LOMO PLANCHA CON ENSALADA MIXTA

FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
672	37	19	79	2

MIÉRCOLES

6

SOPA DE COCIDO

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

FRUTA DE TEMPORADA

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

20

LENTEJAS CASERAS

GALLO AL HORNO CON PATATAS

FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
626	35	20	81	3

27

ESPIRALES CON TOMATE Y CHORIZO

REVUELTO DE HUEVO Y ATÚN CON ENSALADA MIXTA

FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
668	37	20	84	3

JUEVES

7

JUDIAS VERDES SALTEADAS CON PATATAS

BURGUER COMPLETO

YOGUR

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)

21

BRÓCOLI REHOGADO

RAGOUT DE TERNERA CON ARROZ INTEGRAL 

YOGUR

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
602	26	20	82	4

28

CREMA DE ACELGAS, PUERROS, ZANAHORIAS, REPOLLO

POLLO ASADO CON PATATAS


FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
612	25	29	65	3

VIERNES

1 NUEVA RECETA

CREMA DE ZANAHORIAS CON QUESO FUNDIDO

GALLINETA EN GABARDINA CON PATATAS AL HORNO 

FRUTA DE TEMPORADA


Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
628	21	34	64	5



22

PATATAS CON RAPE

HUEVO FRITO CON SALCHICHAS FRESCAS Y SALSA DE TOMATE

MANZANA ECOLÓGICA 

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
628	22	39	43	6

29 RECETA ANDALUZA 

ARROZ CAMPERO

RABAS A LA ANDALUZA CON ENSALADA SEVILLANA 

NATILLAS O FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
692	27	28	83	3

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