

# Abril'24

## Menú



INTEGRAL

NUEVA RECETA

ECOLÓGICO

PROXIMIDAD

ALERGIAS

ACEITE DE OLIVA VIRGEN

RESIDUOS

### LUNES

1 **QUÉ SEMBRAR EN ABRIL**

8 CANELONES DE CARNE  
PESCADILLA CON ENSALADA MIXTA  
YOGUR – FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
603	39	19	68	3

15 JUDIAS VERDES A LA JARDINERA  
JAMÓN YORK VILLARROY CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE  
LECHE Y FRUTA DE TEMPORADA

Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)	
613	32	24	70	7

22 CODITOS CON TOMATE Y CHORIZO  
CACHELOS DE VENTRESCA CON ENSALADA DE ESCAROLA, PEPINILLOS Y ZANAHORIA ECO  
YOGUR – FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
641	38	26	74	4

29 SOPA DE CABELLIN CON PICADILLO DE POLLO  
TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE  
LECHE Y FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
664	22	31	74	11

### MARTES

2 CREMA DE CALABACIN ECO  
ALBÓNDIGAS DE TERNERA EN SALSA CON GUARNICIÓN DE ARROZ INTEGRAL  
GELATINA – FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
626	22	16	100	3

9 BRÓCOLI CON ZANAHORIA AL HORNO  
MAGRO DE CERDO AL CURRY CON PATATAS A CUADRITOS  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
600	26	25	74	4

16 ESPAGUETIS BOLOÑESA  
MERLUZA MARINERA CON PATATAS  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
663	30	25	80	5

23 CREMA DE VERDURAS Y HORTALIZAS  
ALBÓNDIGAS DE POLLO EN SALSA CON PATATAS TACO  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
618	23	22	89	5

30 JUDIAS PINTAS CON ARROZ Y HORTALIZAS  
PALOMETA AL HORNO CON SALSA CASERA DE TOMATE Y CALABAZA  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
654	43	11	97	2

### MIÉRCOLES

3 MACARRONES CON QUESO  
CACHELOS DE MERLUZA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
624	33	14	90	3

10 LENTEJAS CASERAS  
GALLO DE SAN PEDRO AL HORNO CON HORTALIZAS  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
623	41	8	100	1

17 FABADA ASTURIANA  
TORTILLA DE PUERROS CON ENSALADA DE PICADILLO DE TOMATE  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
619	23	28	70	2

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

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
621	28	10	100	1

### JUEVES

4 PATATAS ESTOFADAS CON POLLO Y VERDURITAS  
HUEVOS DUROS CON SALSA DE TOMATE  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
600	29	21	78	4

11 CREMA DE CHAMPIÑÓN  
ESCALOPE DE POLLO CON ENSALADA DE PICADILLO DE TOMATE NATURAL  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
602	30	28	61	9

18 ARROZ CON TOMATE  
LOMOS DE GALLINETA CON ENSALADA DE LECHUGA,ZANAHORIA RALLADA  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
615	24	12	101	1

25 COLIFLOR GRATINADA  
HUEVO FRITO CON GUARNICIÓN DE ARROZ BLANCO  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
605	24	19	89	1

### VIERNES

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

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
621	28	10	100	1

12 **MENÚ FERIA DE ABRIL**  
PAELLA ANDALUZA – CAMPO Y PLAYA  
HUEVO A LA FLAMENCA  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
670	23	25	88	3

19 CREMA DE ESPINACAS  
LARDONES DE POLLO EN JUGO DE LIMÓN Y PATATAS  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
604	27	23	77	4

26 LENTEJAS CASERAS  
DELICIAS DE MAR CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
613	33	12	97	1



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

Este menú ha sido elaborado por el Departamento de Nutrición de Mawersa, S.L.

Puedes contactarnos a través del teléfono 914 600 411 o por correo electrónico a mawersa@mawersa.com