

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

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

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