

# Junio'24

## Menú



LUNES						MARTES						MIÉRCOLES						JUEVES						VIERNES					
3						4						5						6						7					
MACARRONES BOLOÑESA PESCADILLA ROMANA CON ENSALADA DE LECHUGA, PEPINO Y ZANAHORIA RALLADA YOGUR - FRUTA DE TEMPORADA						ENSALADA MEDITERRANEA DE DE GARBANZOS Y ARROZ LOMO CON PATATAS AL HORNO FRUTA DE TEMPORADA						CREMA DE ESPARRAGOS BLANCOS LARDONES DE POLLO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA						LENTEJAS CASERAS VENTRESCA DE MERLUZA EN SALSA CON ARROZ INTEGRAL FRUTA DE TEMPORADA						JUDIAS VERDES CON PATATAS Y ZANAHORIA BABY TORTILLA FRANCESA DE PAVO CON RODAJA DE TOMATE ALIÑADO FRUTA DE TEMPORADA					
Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)		Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)		Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)		Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)		Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)	
654	32	19	88	4		713	38	21	97	6		600	32	16	88	3		685	41	9	110	1		600	26	21	81	5	
10						11						12						13						14					
SOPA JULIANA DE VERDURAS ALBONDIGAS DE TERNERA EN SALSA CON PATATAS YOGUR - FRUTA DE TEMPORADA						ARROZ CAMPERO SALMON AL HORNO CON SALTEADO DE VERDURITAS FRUTA DE TEMPORADA						BROCOLI CON ZANAHORIA AL HORNO TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE ECO FRUTA DE TEMPORADA						ALUBIAS BLANCAS CON CALABAZA FILETE DE CONTRAMUSLO DE POLLO CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA						CANELONES DE CARNE MERLUZA CON ENSALADA DE ESCAROLA, ZANAHORIA RALLADA FRUTA DE TEMPORADA					
Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)		Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)		Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)		Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)		Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)	
617	25	27	73	6		621	37	14	89	2		609	19	30	69	9		691	46	20	83	3		606	36	19	74	2	
17						18						19						20						21					
VICHYSOISE DE PUERROS ESCALOPE MILANESA CON ENSALADA DE PASTA DE COLORES YOGUR - FRUTA DE TEMPORADA						GUISO DE GARBANZOS GALLO AL HORNO CON ARROZ INTEGRAL FRUTA DE TEMPORADA						COLIFLOR GRATEN POLLO A LA PROVENZAL FRUTA DE TEMPORADA						LENTEJAS CON VERDURITAS PESCADILLA ORLY CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA						ARROZ CON TOMATE HUEVO FRITO CON PATATAS HELADO - FRUTA DEL TEMPORADA					
Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)		Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)		Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)		Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)		Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)	
612	36	24	70	3		686	34	13	112	2		602	28	22	77	5		638	39	10	100	2		749	20	38	81	10	



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](mailto:mawersa@mawersa.com)