

Junio 2025

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

Productos de temporada y proximidad.



Plan de reducción del desperdicio.



NUEVA RECETA



ACEITE DE OLIVA VIRGEN



INTEGRAL



PROXIMIDAD



ECOLÓGICO



RESIDUOS



OCASIONAL



ALERGIAS

mawersa
~ 1983 ~

914 600 411
mawersa@mawersa.com
www.mawersa.com

Aportes calóricos teóricos calculados para niños de 6 a 9 años.

Menú elaborado por el Departamento de Nutrición de MAWERSA, S.L.

| Lunes | | | | | | Martes | | | | | | Miércoles | | | | | | Jueves | | | | | | Viernes | | | | | |
|--|----------|---------|---------|--------|--|--|----------|---------|---------|--------|--|---|----------|---------|---------|--------|--|---|----------|---------|---------|--------|--|--|----------|---------|---------|--------|--|
| 2 | | | | | | 3 | | | | | | 4 | | | | | | 5 | | | | | | 6 | | | | | |
| ESPAGUETIS GRATINADOS | | | | | | CREMA DE CALABACIN ECOLÓGICO | | | | | | ALUBIAS BLANCAS CON VEGETALES | | | | | | BRÓCOLI AL HORNO | | | | | | ESTOFADO DE TERNERA CON VERDURITAS | | | | | |
| FILETE DE PESCADILLA CON ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA | | | | | | ALBÓNDIGAS DE TERNERA CON ARROZ INTEGRAL | | | | | | TORTILLA FRANCESA CON TAQUITOS DE PAVO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE | | | | | | FILETE DE CONTRAMUSLO DE POLLO CON PATATAS | | | | | | CACHELOS DE MERLUZA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE | | | | | |
| YOGUR - FRUTA DE TEMPORADA | | | | | | FRUTA DE TEMPORADA | | | | | | FRUTA DE TEMPORADA | | | | | | FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE | | | | | | FRUTA DE TEMPORADA | | | | | |
| Kcal. | Prot.(g) | Lip.(g) | H.C.(g) | AGS(g) | | Kcal. | Prot.(g) | Lip.(g) | H.C.(g) | AGS(g) | | Kcal. | Prot.(g) | Lip.(g) | H.C.(g) | AGS(g) | | Kcal. | Prot.(g) | Lip.(g) | H.C.(g) | AGS(g) | | Kcal. | Prot.(g) | Lip.(g) | H.C.(g) | AGS(g) | |
| 660 | 37 | 21 | 79 | 6 | | 638 | 22 | 16 | 102 | 3 | | 651 | 41 | 18 | 82 | 4 | | 689 | 31 | 31 | 78 | 6 | | 602 | 53 | 18 | 57 | 5 | |
| 9 | | | | | | 10 | | | | | | 11 | | | | | | 12 | | | | | | 13 | | | | | |
| JUDIAS VERDES SALTEADAS CON PATATAS | | | | | | GARBANZOS CON POLLO | | | | | | COLIFLOR ECOLÓGICA CREMOSA CON QUESO | | | | | | ARROZ ESTOFADO CON VERDURITAS | | | | | | SOPA DE CABELLIN | | | | | |
| LOMO FRESCO AL HORNO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE | | | | | | FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA | | | | | | HUEVO FRITO CON SALSA DE TOMATE NATURAL | | | | | | BOQUERONES CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE | | | | | | POLLO ASADO CON PATATAS | | | | | |
| YOGUR - FRUTA DE TEMPORADA | | | | | | FRUTA DE TEMPORADA | | | | | | FRUTA DE TEMPORADA | | | | | | FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE | | | | | | FRUTA DE TEMPORADA | | | | | |
| Kcal. | Prot.(g) | Lip.(g) | H.C.(g) | AGS(g) | | Kcal. | Prot.(g) | Lip.(g) | H.C.(g) | AGS(g) | | Kcal. | Prot.(g) | Lip.(g) | H.C.(g) | AGS(g) | | Kcal. | Prot.(g) | Lip.(g) | H.C.(g) | AGS(g) | | Kcal. | Prot.(g) | Lip.(g) | H.C.(g) | AGS(g) | |
| 600 | 38 | 23 | 63 | 8 | | 670 | 45 | 17 | 86 | 2 | | 612 | 25 | 39 | 43 | 11 | | 721 | 30 | 26 | 92 | 5 | | 614 | 28 | 31 | 58 | 3 | |
| 16 | | | | | | 17 | | | | | | 18 | | | | | | 19 | | | | | | 20 | | | | | |
| LENTEJAS CASERAS CON VERDURITAS | | | | | | BRÓCOLI SALTEADA CON ZANAHORIA | | | | | | MACARRONES CON TOMATE | | | | | | CREMA DE ESPÁRRAGOS | | | | | | ARROZ CON POLLO | | | | | |
| FILETE DE MERLUZA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE | | | | | | ALBÓNDIGAS DE TERNERA EN SALSA ESPAÑOLA CON PATATAS | | | | | | FILETE DE PESCADILLA CON ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA | | | | | | LOMO AL HORNO CON ENSALADA CAMPERA | | | | | | TORTILLA FRANCESA CON PICADILLO DE TOMATE NATURAL | | | | | |
| YOGUR - FRUTA DE TEMPORADA | | | | | | FRUTA DE TEMPORADA | | | | | | FRUTA DE TEMPORADA | | | | | | HELADO - FRUTA DE TEMPORADA | | | | | | FRUTA DE TEMPORADA | | | | | |
| Kcal. | Prot.(g) | Lip.(g) | H.C.(g) | AGS(g) | | Kcal. | Prot.(g) | Lip.(g) | H.C.(g) | AGS(g) | | Kcal. | Prot.(g) | Lip.(g) | H.C.(g) | AGS(g) | | Kcal. | Prot.(g) | Lip.(g) | H.C.(g) | AGS(g) | | Kcal. | Prot.(g) | Lip.(g) | H.C.(g) | AGS(g) | |
| 640 | 45 | 13 | 85 | 3 | | 616 | 23 | 27 | 76 | 5 | | 636 | 33 | 16 | 88 | 4 | | 621 | 29 | 27 | 67 | 14 | | 635 | 24 | 19 | 91 | 4 | |