

# Octubre 2024

**Menú SIN PESCADO**



**SIN PESCADO**



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

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p><b>¡Alimentación + ejercicios = vida saludable!</b></p>	1	2	3	4
	CREMA DE CALABACIN Y PUERROS	LENTEJAS CASERAS	BRÓCOLI REHOGADA	SOPA DE COCIDO
	ALBÓNDIGAS DE TERNERA <b>NATURAL</b> CON ARROZ INTEGRAL	<b>LOMO</b> CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE	LARDONES DE POLLO EN SALSA CON PATATAS AL ROMERO	COMPLEMENTO DE COCIDO GARBANZOS, CHORIZO, POLLO, REPOLLO, MORCILLO
FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	LECHE FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
7	8	9	10	11
MACARRONES CARBONARA CON BACON CRUJIENTE	ARROZ CON POLLO Y PAPAS	ALUBIAS CON VERDURITAS	PATATAS HUERTANA	COLIFLOR CON BECHAMEL
REVUELTO DE HUEVO CON ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA RALLADA	<b>FILETE RUSO</b> CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE	FILETE DE AGUJA MILANESA CON GUARNICIÓN DE CHAMPIÑON	<b>ESCALOPIN DE TERNERA</b> CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE	RAGOUT DE PAVO CON GUARNICIÓN DE ARROZ BASMATI
YOGUR FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
14	15	16	17	18
FIDEUA CON MAGRO Y VERDURITAS	LENTEJAS CASERAS	ARROZ CON <b>TOMATE</b>	JUDIAS VERDES CON ZANAHORIA BABY	CANELONES DE CARNE
<b>LOMO</b> CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE	HUEVO FRITO CON SALSA DE TOMATE NATURAL	ALBÓNDIGAS DE TERNERA <b>NATURAL</b> CON PATATAS A CUADRITOS	ESCALOPE DE POLLO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE	<b>LACON</b> CON ENSALADA DE LECHUGA, PEPINILLOS, MAIZ
YOGUR FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	LECHE FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
21	22	23	24	25
CREMA DE VERDURAS Y HORTALIZAS	CODITOS BOLOÑESA	PUCHERO DE GARBANZOS	ARROZ CON MAGRO CAMPESINA	BRÓCOLI ASADA
TORTILLA DE YORK Y QUESO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE	<b>FILETE DE TERNERA</b>	POLLO ASADO CON PATATAS	<b>FILETE RUSO</b> CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE	LOMO AL AJILLO CON PATATAS HORNEADAS
YOGUR FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	LECHE FRUTA DE TEMPORADA
28	29	30	31	
ARROZ CON TOMATE	SOPA DE COCIDO	ESPINACAS GRATINADAS	EMPEDRADO DE JUDIAS PINTAS	
<b>FILETE DE POLLO</b> CON ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA RALLADA	COMPLEMENTO DE COCIDO GARBANZOS, CHORIZO, POLLO, REPOLLO, MORCILLO	TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE	<b>RECETA GASTRONÓMICA</b> GOULASH DE TERNERA A LA HUNGARA CON PATATAS	
YOGUR FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	