

# Mayo 2026




**SIN GLUTEN**



914 600 411

[mawersa@mawersa.com](mailto:mawersa@mawersa.com)

[www.mawersa.com](http://www.mawersa.com)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
4 PURÉ DE VERDURAS Y HORTALIZAS DE TEMPORADA (Hervido y triturado)	5 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS CON VERDURAS (guiso tradicional)	6 <b>PASTA SIN GLUTEN</b> CON SALSA DE TOMATE NATURAL (hervido con sofrito casero)	7 ARROZ CON VERDURAS (hervido)	8 PATATAS GUIADAS CON HORTALIZAS (estofado)
HUEVO COCIDO CON SALSA DE TOMATE Y ARROZ INTEGRAL ( hervido)	HAMBURGUESA <b>NATURAL</b> CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE( plancha)	MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA	LENTEJAS A LA JARDINERA ( guiso tradicional)	LARDONES DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
YOGUR NATURAL SIN AZUCAR - FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
11 JUDIAS VERDES SALTEADAS CON ZANAHORIAS	12 RISOTTO DE CALABACIN Y PAVO ( sofrito y cocción)	13 CREMA DE BONIATO,ZANAHORIA Y PUERRO( hervido y triturado)	14 <b>PASTA SIN GLUTEN</b> SOPA DE FIDEOS (hervido)	15 <b>SAN ISIDRO</b> 
TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE (cuajada en sartén)	SALMÓN AL HORNO CON SALSA DE CÍTRICOS Y ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE	LOMO DE CERDO CON GUARNICIÓN DE PATATAS AL HORNO (horno)	COMPLEMENTO DE COCIDO. GARBANZOS CON REPOLLO, CALABAZA,PATATA COCIDA Y POLLO ( guiso tradicional)	
YOGUR NATURAL SIN AZUCAR - FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	
18 ARROZ CON SALSA DE TOMATE CASERA (hervido con sofrito casero)	19 <b>PASTA SIN GLUTEN</b> MACARRONES CON BOLOÑESA DE AVE ( hervido y salsa)	20 PATATAS CON ATÚN (guiso tradicional)	21 BRÓCOLI ASADO CON PATATA COCIDA Y ALIÑO DE ACEITE DE OLIVA Y PIMENTÓN DULCE	22 LENTEJAS CASERAS CON VERDURAS (guiso tradicional)
TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA( cuajada en sartén)	MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE	GUISO DE FRIJOLES CON GUARNICIÓN DE ARROZ BLANCO ( guiso tradicional)	<b>FILETE</b> DE POLLO CON ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA	ALBÓNDIGAS <b>NATURALES</b> CON PATATAS A CUADRITOS
YOGUR NATURAL SIN AZUCAR - FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
25 CREMA TRICOLOR DE VERDURAS Y HORTALIZAS (CALABACIN,ZANAHORIA Y PUERRO) (hervido y triturado)	26 <b>PASTA SIN GLUTEN</b> SOPA DE FIDEOS (hervido)	27 JUDIAS VERDES REHOGADAS	28 ARROZ CON VERDURAS (sofrito más cocción)	29 <b>PASTA SIN GLUTEN</b> ESPAGUETIS CON SALSA DE TOMATE ( hervido con sofrito casero)
RAGOUT DE PAVO ESTOFADO CON ARROZ INTEGRAL (guiso tradicional)	COMPLEMENTO DE COCIDO. GARBANZOS CON REPOLLO, CALABAZA,PATATA COCIDA Y POLLO ( guiso tradicional)	TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE (cuajada en sartén)	POLLO ASADO CON ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA (guiso tradicional/horneado)	VENTRESCA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
YOGUR NATURAL SIN AZUCAR - FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA