



Junio 2026



SIN GLUTEN



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

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1	2	3	4	5
ARROZ CON TOMATE (hervido con sofrito casero)	CREMA DE BRÓCOLI ESTILO CASERO (hervido y triturado)	PASTA SIN GLUTEN MACARRONES NAPOLITANA (hervido con sofrito casero)	PATATAS GUIADAS CON VERDURAS (estofado)	ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS (guiso tradicional)
TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA (cuajada en sartén)	VENTRESCA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE	LENTEJAS CASERAS CON VERDURAS (guiso tradicional)	RAGOUT DE PAVO EN SALSA CON GUARNICIÓN DE ARROZ INTEGRAL 	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
8	9	10	11	12
JUDIAS VERDES SALTEADAS CON PATATA COCIDA Y ALIÑO DE ACEITE DE OLIVA Y PIMENTÓN	PURÉ HORTELANO DE VERDURAS (hervido y triturado)	CREMA DE LEGUMBRES (hervido y triturado)	ARROZ CON TOMATE (hervido con sofrito casero)	PASTA SIN GLUTEN SOPA DE FIDEOS (hervido)
ALBÓNDIGAS NATURALES CON GUARNICIÓN DE ARROZ	ATÚN CON SOFRITO CASERO Y PATATAS 	FILETE DE CONTRAMUSLO DE POLLO CON PATATAS AL HORNO Y ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE	MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA	GARBANZOS GUIADOS CASEROS CON HUEVO DURO
YOGUR NATURAL SIN AZUCAR - FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
15	16	17	18	19
BRÓCOLI REHOGADO CON AJO Y ZANAHORIA	ARROZ CON PAVO (hervido con sofrito)	CREMA DE ZANAHORIAS (hervido y triturado)	LENTEJAS CASERAS CON VERDURAS (guiso tradicional)	PASTA SIN GLUTEN CON SALSA DE TOMATE
HAMBURGUESA NATURAL AL HORNO CON PATATA PANADERA Y ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE	ALUBIAS PINTAS CASERAS (guiso tradicional)	FILETE DE POLLO CON PATATAS	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE (cuajada en sartén)	VENTRESCA AL HORNO CON ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
YOGUR NATURAL SIN AZUCAR - FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA