

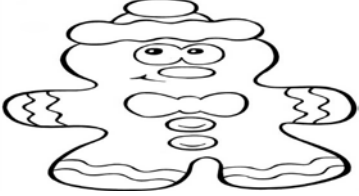








MAWERSA MENU DICIEMBRE 2017

COLOREA CON NOSOTROS	TUS DIBUJOS DE NAVIDAD			VIERNES 1
				ARROZ TRES DELICIAS RAGOUT DE TERNERA CON PATATAS A CUADROS PAN FRUTA DEL TIEMPO KCAL 652 PROT 26 LIP 15 HC 103
LUNES 4 JUDIAS VERDES SALTEADAS CON ZANAHORIA DADO HUEVO FRITO CON SALCHICHA DE PAVO PAN FRUTA DEL TIEMPO KCAL 641 PROT 20 LIP 43 HC 40	MARTES 5 FABADA ASTURIANA MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE PAN FRUTA DEL TIEMPO KCAL 666 PROT 39 LIP 17 HC 93	MIERCOLES 6 	JUEVES 7 	VIERNES 8 
LUNES 11 MACARRONES CON TOMATE Y QUESO RALLADO CINTA DE LOMO PLANCHA CON ENSALADA DE LECHUGA , MAIZ ACEITUNAS SIN HUESO , TALLOS DE ESPARRAGOS PAN FRUTA DEL TIEMPO KCAL 704 PROT 25 LIP 24 HC 87	MARTES 12 PAELLA DE POLLO Y VERDURITAS VENTRESCA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE PAN FRUTA DEL TIEMPO KCAL 628 PROT 28 LIP 20 HC 83	MIERCOLES 13 SOPA DE COCIDO COMPLEMENTO DE COCIDO MORCILLO , CHORIZO , GARBANZOS REPOLLO , GALLINA PAN FRUTA DEL TIEMPO KCAL 610 PROT 38 LIP 19 HC 73	JUEVES 14 CREMA DE VERDURAS NATURAL TORTILLA FRANCESA Y LONCHA DE YORK PAN YOGUR KCAL 601 PROT 35 LIP 22 HC 67	VIERNES 15 ESTOFADO DE TERNERA CON VERDURITAS FILETE DE PESCADILLA AL HORNO ENSALADA DE LECHUGA TOMATE ZANAHORIA RALLADA PAN FRUTA DEL TIEMPO KCAL 609 PROT 42 LIP 18 HC 73
LUNES 18 SOPA DE FIDEOS Y HORTALIZAS HAMBURGUESA DE TERNERA PLANCHA CON SALASA DE TOMATE NATURAL PAN FRUTA DEL TIEMPO KCAL 632 PROT 18 LIP 32 HC 71	MARTES 19 LENTEJAS CASERAS CON VERDURAS TORTILLA DE ESPAÑOLA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE PAN FRUTA DEL TIEMPO KCAL 713 PROT 26 LIP 30 HC 86	MIERCOLES 20 MENESTRA DE VERDURAS AL HORNO CARNE ASADA CON PURE DE PATATAS PAN FRUTA DEL TIEMPO KCAL 643 PROT 39 LIP 18 HC 85	JUEVES 21 ESPAGUETTIS CON TOMATE Y CARNE PICADA DE TERNERA MERLUZA ROMANA CON ENSALADA DE LECHUGA , ZANAHORIA RALLADA PEPINILLOS , REMOLACHA PAN YOGUR KCAL 676 PROT 35 LIP 33 HC 59	VIERNES 22 CREMA DE CALABAZA LARDONES DE POLLO PATATAS CHIPS PAN FRUTA DEL TIEMPO BOLSITA FIESTA KCAL 782 PROT 33 LIP 37 HC 84

