

Menús 24/25 Abril

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



Aquí la comida no viaja,
Se cocina al momento en
Las cocinas del colegio

7

JUDIAS VERDES CON HUEVO
DURO

LOMO SAJONIA CON ENSALADA
DE LECHUGA Y TOMATE

YOGUR-FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)
600	31	28	59	6

21



28

CANELONES DE CARNE

FILETE DE PESCADILLA CON
ENSALADA DE LECHUGA
Y ZANAHORIA RALLADA

YOGUR-FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)
618	41	25	54	5

Martes

1

PUCHERO ANDALUZ

HUEVO FRITO CON PATATAS

FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)
680	28	29	79	6

8

OLLA DE FRIJOLAS

LENGUADINA EN SALSA
BILBAINA Y PATATAS
PANADERA

FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)
697	50	17	75	1

22

MACARRONES BOLOÑESA

TORTILLA DE ATUN CON
ENSALADA DE LECHUGA,
ZANAHORIA RALLADA

GELATINA
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)
688	39	22	82	3

29

ARROZ CON TOMATE

ALBONDIGAS DE TERNERA
CON PATATAS A LA
JARDINERA

FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)
699	17	28	95	3

Miércoles

2

ARROZ MELOSO

VENTRESCA DE MERLUZA CON
ENSALADA DE LECHUGA Y
TOMATE

FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)
606	31	9	100	1

9

CREMA DE CALABACIN
ECOLÓGICO

ESTOFADO DE POLLO CON
ARROZ INTEGRAL

FRUTA DE TEMPORADA Y
LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)
728	31	17	117	5

23

LENTEJAS CASTELLANA

LIBRITOS DE JAMON YORK
Y QUESO
CON TOMATE ALIÑADO

FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)
680	40	20	87	6

30

SOPA DE COCIDO

COMPLEMENTO DE COCIDO
REPOLLO ,MORCILLO,POLLO
GARBANZOS,CHORIZO

FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)
621	28	10	100	3

Jueves

3

BRÓCOLI CON CALABAZA AL
HORNO

PECHUGA DE POLLO EN SALSA
DE CHAMPIÑONES

FRUTA DE TEMPORADA Y
LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)
602	37	18	79	8

10

SOPA DE COCIDO

COMPLEMENTO DE COCIDO
REPOLLO ,MORCILLO,POLLO
GARBANZOS,CHORIZO

FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)
621	28	10	100	3

24

ARROZ CON MAGRO Y
VERDURITAS

FILETE DE MERLUZA CON
ENSALADA DE LECHUGA Y
TOMATE ECOLOGICO

FRUTA DE TEMPORADA Y
LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)
622	37	14	86	4

Viernes

4

ALUBIAS BLANCAS CON
VERDURITAS

BUÑUELOS DE BACALAO
CON ENSALADA DE LECHUGA
Y TOMATE

FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)
691	33	18	100	2

11



25

SOPA DE VEGETALES MIXTA

POLLO ASADO CON PATATAS

FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)
621	33	30	56	3

