







MA WERSA MENU NOVIEMBRE 2017

			<p>MIERCOLES 1</p> <p>JUEVES 2</p> <p>PURE DE CALABAZA NATURAL</p> <p>TORTILLA FRANCESA Y PORCION DE QUESITO</p> <p>PAN YOGUR KCAL 608 PROT 43 LIP 35 HC 37</p>	<p>VIERNES 3</p> <p>MACARRONES CON TOMATE NATURAL</p> <p>CACHELOS DE VENTRESCA CON ENSALADA DE LECHUGA , MAIZ ZANAHORIA RALLADA</p> <p>PAN PIÑA ALMIBAR Y LECHE KCAL 732 PROT 27 LIP 28 HC 85</p>
<p>LUNES 6</p> <p>JUDIAS VERDES SALTEADAS CON ZANAHORIAS DADO</p> <p>LOMO AL HORNO CON FONDO DE PATATAS</p> <p>PAN FRUTA DEL TIEMPO Y LECHE KCAL 668 PROT 24 LIP 23 HC 88</p>	<p>MARTES 7</p> <p>LENTEJAS CASERAS CON VERDURITAS</p> <p>FILETE DE PESCADILLA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE</p> <p>PAN FRUTA DEL TIEMPO Y LECHE KCAL 682 PROT 37 LIP 20 HC 92</p>	<p>MIERCOLES 8</p> <p>SOPA DE VERDURAS JULIANA</p> <p>MAGRO ESTOFADO CON ARROZ BLANCO</p> <p>PAN FRUTA DEL TIEMPO Y LECHE KCAL 677 PROT 22 LIP 10 HC 127</p>	 <p><i>Virgen de la Almodova</i></p>	<p>VIERNES 10</p> <p>ESPIRALES GRATINADOS CON QUESO</p> <p>MERLUZA EN SALSA CON GUIANTES</p> <p>PAN YOGUR KCAL 629 PROT 39 LIP 14 HC 91</p>
<p>LUNES 13</p> <p>CREMA DE VERDURAS NATURAL</p> <p>HUEVO FRITO CON SALCHICHA DE PAVO</p> <p>PAN FRUTA DEL TIEMPO Y LECHE KCAL 715 PROT 23 LIP 42 HC 57</p>	<p>MARTES 14</p> <p>SOPA DE COCIDO</p> <p>COMPLEMENTO DE COCIDO GARBANZOS , MORCILLO , GALLINA REPOLLO</p> <p>PAN FRUTA DEL TIEMPO Y LECHE KCAL 640 PROT 40 LIP 21 HC 80</p>	<p>MIERCOLES 15</p> <p>PATATAS CON CARNE DE TERNERA Y VERDURITAS</p> <p>MARMITAKO DE BACALAO</p> <p>PAN FRUTA DEL TIEMPO Y LECHE KCAL 702 PROT 52 LIP 21 HC 76</p>	<p>JUEVES 16</p> <p>MENESTRA DE VERDURAS REHOGADA</p> <p>POLLO ASADO CON PATATAS</p> <p>PAN YOGUR KCAL 646 PROT 29 LIP 41 HC 47</p>	<p>VIERNES 17</p> <p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>RABAS DE CALAMAR CON ENSALADA DE LECHUGA , MAIZ , TALLOS DE ESPARRAGOS , ZANAHORIA RALLADA</p> <p>PAN FRUTA DEL TIEMPO Y LECHE KCAL 758 PROT 20 LIP 26 HC 111</p>
<p>LUNES 20</p> <p>ESPAGUETTIS AL PESTO</p> <p>TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE</p> <p>PAN FRUTA DEL TIEMPO Y LECHE KCAL 828 PROT 29 LIP 30 HC 110</p>	<p>MARTES 21</p> <p>ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS CON VERDURAS</p> <p>VENTRESCA AL HORNO CON SOFRITO DE TOMATE</p> <p>PAN FRUTA DEL TIEMPO Y LECHE KCAL 685 PROT 43 LIP 20 HC 85</p>	<p>MIERCOLES 22</p> <p>CREMA DE CALABACIN</p> <p>ALBONDIGAS DE TERNERA CON PATATAS A CUADRITOS</p> <p>PAN FRUTA DEL TIEMPO Y LECHE KCAL 700 PROT 24 LIP 43 HC 58</p>	<p>JUEVES 23</p> <p>PAELLA MIXTA CON VERDURAS Y POLLO</p> <p>LOMITOS DE MERLUZA MARINADO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE</p> <p>PAN YOGUR KCAL 684 PROT 34 LIP 20 HC 98</p>	<p>VIERNES 24</p> <p>GUIANTES SATEADOS CON ZANAHORIAS</p> <p>JAMON ASADO CON PURE DE PATATAS</p> <p>PAN FRUTA DEL TIEMPO Y LECHE KCAL 678 PROT 29 LIP 17 HC 109</p>
<p>LUNES 27 SAN JOSE DE CALASANZ</p> <p>SOPA DE FIDEOS Y HORTALIZAS</p> <p>PECHUGA DE POLLO VILLA ROY CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE</p> <p>PAN POSTRE ESPECIAL KCAL 680 PROT 36 LIP 24 HC 84</p>	<p>MARTES 28</p> <p>LENTEJAS CASERAS CON VERDURITAS</p> <p>TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE LECHUGA , TOMATE PEPINILLOS , REMOLACHA</p> <p>PAN FRUTA DEL TIEMPO Y LECHE KCAL 712 PROT 33 LIP 28 HC 85</p>	<p>MIERCOLES 29</p> <p>PURE DE VERDURAS NATURALES</p> <p>HAMBURGUESA DE TERNERA AL HORNO CON PATATAS</p> <p>PAN FRUTA DEL TIEMPO Y LECHE KCAL 714 PROT 20 LIP 39 HC 73</p>	<p>JUEVES 30</p> <p>CODITOS CON TOMATE Y QUESO</p> <p>FILETE DE PESCADILLA CON ENSALADA DE LECHUGA , MAIZ ZANAHORIA RALLADA</p> <p>PAN YOGUR KCAL 656 PROT 34 LIP 22 HC 85</p>	

NOTA. LOS DIAS QUE HAY DE POSTRE FRUTA CITRICA NO SE PONDRÁ LECHE