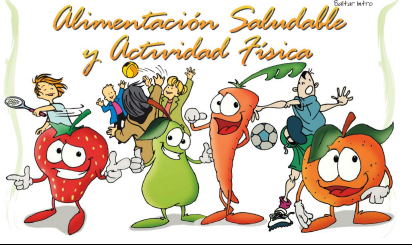





MAWERSA MENU ABRIL 2018

LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
 <p>Alimentación Saludable y Actividad Física</p>	<p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>HUEVO FRITO CON PATATAS</p> <p>PAN MELOCOTON ALMIBAR Y LECHE KCAL 730 PROT 17 LIP 30 HC 92</p>	<p>CREMA DE ZANAHORIAS NATURAL</p> <p>LOMO PLANCHA CON PURE DE PATATAS</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE KCAL 738 PROT 28 LIP 18 HC 107</p>	<p>LENTEJAS CASERAS CON VERDURITAS</p> <p>FILETE DE MERLUZA CON ENSALADA DE LECHUGA, TALLOS DE ESPARRAGOS, MAIZ</p> <p>PAN YOGUR KCAL 647 PROT 34 LIP 30 HC 71</p>	<p>SOPA DE ESTRELLITAS</p> <p>POLLO ASADO CON GUARNICION DE SALTEADO DE VERDURAS PROVENZAL</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE KCAL 678 PROT 34 LIP 34 HC 61</p>
<p>LUNES 9</p> <p>JUDIAS VERDES CON TOMATE</p> <p>ALBONDIGAS DE TERNERA CON PATATAS A CUADRITOS</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE KCAL 743 PROT 21 LIP 43 HC 71</p>	<p>MARTES 10</p> <p>SOPA DE COCIDO</p> <p>COMPLEMENTO DE COCIDO MORCILLO, CHORIZO, REPOLLO GARBANZOS, GALLINA</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE KCAL 687 PROT 29 LIP 22 HC 98</p>	<p>MIÉRCOLES 11</p> <p>PAELLA DE POLLO</p> <p>CACHELOS DE VENTRESCA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE KCAL 678 PROT 32 LIP 22 HC 91</p>	<p>JUEVES 12</p> <p>ESPAGUETIS CON TOMATE</p> <p>TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE</p> <p>PAN YOGUR KCAL 661 PROT 31 LIP 30 HC 74</p>	<p>VIERNES 13</p> <p>CREMA DE VERDURAS NATURAL</p> <p>SALCHICHAS FRESCAS CON PATATAS A CUADRITOS</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE KCAL 745 PROT 28 LIP 43 HC 64</p>
<p>LUNES 16</p> <p>MACARRONES BOLOÑESA</p> <p>FILETE DE PESCADILLA ROMANA CON ENSALDA DE LECHUGA Y TOMATE</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE KCAL 727 PROT 34 LIP 30 HC 72</p>	<p>MARTES 17</p> <p>CREMA DE CALABAZA</p> <p>JAMONCITOS DE POLLO CON GUARNICION DE ARROZ BLANCO</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE KCAL 694 PROT 31 LIP 37 HC 61</p>	<p>MIÉRCOLES 18</p> <p>SOPA DE PICADILLO</p> <p>ESCALOPE DE CERDO CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, MAIZ Y ZANAHORIA RALLADA</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE KCAL 678 PROT 38 LIP 25 HC 78</p>	<p>JUEVES 19</p> <p>PATATAS MARINERA</p> <p>HUEVO FRITO CON TOMATE Y SALCHICHAS DE PAVO</p> <p>PAN YOGUR KCAL 645 PROT 22 LIP 42 HC 46</p>	<p>VIERNES 20</p> <p>JUDIAS BLANCAS CON VERDURITAS</p> <p>BACALAO REBOZADO CON UN GRUJIENTE PAN DE CEREALES</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE KCAL 745 PROT 27 LIP 26 HC 103</p>
<p>LUNES 23</p> <p>ARROZ TRES DELICIAS</p> <p>HAMBURGUESA DE TERNERA PLANCHA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE KCAL 777 PROT 23 LIP 39 HC 85</p>	<p>MARTES 24</p> <p>LENTEJAS CASERAS CON VERDURITAS</p> <p>RODAJA DE MERLUZA ROMANA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE KCAL 756 PROT 33 LIP 31 HC 81</p>	<p>MIÉRCOLES 25</p> <p>PASTA DE VERDURAS CON PAVO</p> <p>TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE KCAL 817 PROT 26 LIP 32 HC 106</p>	<p>JUEVES 26</p> <p>SOPA DE ESTRELLITAS</p> <p>MAZAS DE CERDO ASADA CON PURE DE PATATAS</p> <p>PAN</p> <p>COPA DE NATA Y CHOCOLATE KCAL 610 PROT 33 LIP 16 HC 87</p>	<p>VIERNES 27</p> <p>PURE DE VERDURAS Y HORTALIZAS</p> <p>ESCALOPE DE POLLO CON ENSALADA AMERICANA</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE KCAL 687 PROT 34 LIP 23 HC 91</p>
<p>LUNES 30</p>  <p>TIEMPO LIBRE</p>		<p>FRUTAS DE TEMPORADA ABRIL</p> 	<p>Descubriendo la Fresa y el Fresón ...</p> <p>Sanas para nuestro organismo</p> <p>Non aporta nutrientes similares a los de la pera:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Mucilagos: gelatinoso, fibroso y cálido. -Fibra. -Antioxidantes. -Vitamina C y del grupo B. <p>Varietades</p> <p>Variedad de los valles: es la variedad de fresa predominante en España.</p> <p>Cherry: gran cantidad de frón de mayor cultivo.</p> <p>Albino: frón de forma cónica perfecta y de sabor azucarado.</p> <p>Colorado: frón de color rojo oscuro y gran tamaño.</p> <p>Mejor época de consumo de febrero a mayo.</p> 	

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