

MENÚ CAMPAMENTO JULIO 2022

mawersa
~ 1983 ~



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



4

MACARRONES ITALIANA
VARITAS DE MERLUZA CON ENSALADA MIXTA
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
712	24	23	102

11

SOPA DE CABELLIN
LACON AL HORNO CON PURE DE PATATAS
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
625	29	13	100

18

ESPAGUETIS BOLOÑESA
VENTRESCA DE MERLUZA CON ENSALADA MIXTA
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
682	40	18	88

25

JUDIAS VERDES SALTEADAS CON PATATAS Y ZANAHORIAS
ESCALOPE DE FILETE DE AGUJA CON ENSALADA MIXTA
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
613	40	24	62

5

JUDIAS VERDES SALTEADAS CON ZANAHORIAS
HAMBURGUESA DE TERNERA CON PATATAS
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
645	18	32	62

12

CREMA DE VERDURAS Y HORTALIZAS NATURAL
TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA MIXTA
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
639	19	30	74

19

ESTOFADO DE GARBANZOS MEDITERRANEO
ALBÓNDIGAS DE TERNERA EN SALSA CON PATATAS
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
683	27	24	93

26

ARROZ CON MAGRO
FILETE DE PESCADILLA CON ENSALADA MIXTA
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
622	37	11	95

6

SOPA DE COCIDO
COMPLEMENTO DE COCIDO MADRILEÑO
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
621	26	18	92

13

LACITOS CON QUESO
FILETE DE MERLUZA CON ENSALADA MIXTA
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
662	33	14	101

20

CREMA DE ZANAHORIAS NATURAL
ESCALOPE DE POLLO CON ENSALADA MIXTA
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
621	29	26	72

27

ENSALADA DE PASTA CON ATÚN
LACON AL HORNO CON PATATAS
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
697	39	19	94

7

PAELLA DE POLLO
HUEVOS COCIDOS CON SALSA DE TOMATE
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
618	30	12	99

14

LENTEJAS CASERAS
LOMO PLANCHA CON ENSALADA MIXTA
FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
649	31	25	73

21

SOPA DE PICADILLO
HUEVO DURO CON SALCHICHAS Y TOMATE
FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
639	26	32	64

28

LENTEJAS CASERAS
HAMBURGUESA DE TERNERA CON ENSALADA MIXTA
FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
702	28	29	85

1

LENTEJAS CASERAS
ESCALOPE DE POLLO CON PATATAS
FRUTA DE TEMPORADA Y HELADO

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
725	38	26	88

8

CREMA DE CALABACIN
SAN JACOBO NATURAL ENSALADA CAMPERA
FRUTA DE TEMPORADA Y HELADO

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
664	22	17	104

15

ARROZ CON TOMATE
LARDONES DE POLLO AL HORNO CON PATATAS
FRUTA DE TEMPORADA Y HELADO

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
697	34	29	76

22

PAELLA DE POLLO
FRITURA VARIADA CON ENSALADA MIXTA
FRUTA DE TEMPORADA Y HELADO

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
621	29	11	105

29

MACARRONES GRATINADOS
LARDONES DE POLLO AL HORNO CON PATATAS
FRUTA DE TEMPORADA Y HELADO

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
781	35	29	96

Nuestros menús incluyen PAN BLANCO y la bebida es AGUA.