



MAWERSA S. A MENU CORRESPONDIENTE AL MES DE NOVIEMBRE 2011

	MARTES 1	MIERCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
		MACARRONES CON SALSA DE TOMATE Y CHORIZO SAN JACOBO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE YOGUR KCAL881PROT33LIP44HC87	LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS FILETE DE CABALLA CON ENSALADA DE ESCAROLA Y TOMATE FRUTA KCAL629PROT29LIP22HC 78	CREMA DE VERDURAS NATURAL TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA DE LECHUGA TOMATE , MAIZ MELOCOTON EN ALMIBAR KCAL811PROT25LIP45HC77
LUNES 7	MARTES 8	MIERCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
JUDIAS VERDES SALTEADAS CON PATATAS , ZANAHORIA ALBONDIGAS DE TERNERA CON PATATAS A CUADRITOS YOGUR KCAL595PROT28LIP28HC57	ARROZ CON TOMATE DORADO DE MERLUZA CRUNCHI CON ENSALADA DE LECHUGA , TOMATE FRUTA KCAL615PROT23LIP19HC87	TORTELLONIS CUATRO QUESOS CINTA DE LOMO PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE FRUTA KCAL 732 PRO 21 LIP 13 HC 72	CREMA DE CALABACIN HAMBURGUESA DE POLLO CON ENSALADA DE LECHUGA , TOMATE, ZANAHORIA RALLADA FRUTA KCAL500PROT22LIP14HC71	ESTOFADO DE JUDIAS BLANCAS CON VERDURAS TORTILLA FRANCESA CON SALCHICHAS Y TOMATE FRUTA KCAL654PROT24LIP23HC87
LUNES 14	MARTES 15	MIERCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
ESPAGUETTIS CON SALSA DE TOMATE Y QUESO RALLADO ESCALOPE DE CERDO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE YOGUR PAN Y AGUA KCAL758PROT31LIP34HC82	PATATAS CON CARNE DE TERNERA RABAS CON ENSALADA DE LECHUGA , TOMATE, MAIZ, FRUTA PAN Y AGUA KCAL658PROT24LIP24HC 86	SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COMPLEMENTO DE COCIDO , MORCILLO, GARBANZOS, REPOLLO, GALLINA , CHORIZO FRUTA PAN Y AGUA KCAL603PROT22LIP16HC 94	CANELONES DE CARNE PICADA DE TERNERA FILETE DE MERLUZA SIN PIEL CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE FRUTA PAN Y AGUA KCAL641PROT32LIP17HC89	CREMA DE VERDURAS NATURAL POLLO ASADO CON PATATAS FRITAS FRUTA PAN Y AGUA KCAL627PROT24LIP 20HC 88
LUNES 21	MARTES 22	MIERCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
JUDIAS VERDES SALTEADAS CON BACON HAMBURGUESA DE PESCADO CON LECHUGA Y TOMATE YOGUR KCAL 575PROT27LIP31HC47	PAELLA MIXTA DE VERDURAS Y MAGRO FILETE DE PAVO AL LIMON CON FONDO DE PATATAS FRUTA KCAL 734PROT 32LIP26 HC 94	SOPA DE FIDEOS CON GARBANZOS RODAJA DE MERLUZA ROMANA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE FRUTA KCAL640PROT28LIP21HC 85	CREMA DE ESPINACAS ESTOFADOS DE TERNERA CON PATATAS A CUADRITOS FRUTA KCAL682PROT24LIP29HC81	
LUNES 28	MARTES 29	MIERCOLES 30		
TALLARINES CON SALSA DE TOMATE Y CARNE PICADA EMPERADOR AL HORNO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE YOGUR KAL744PROT30LIP30HC88	SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COMPLEMENTO DE COCIDO MORCILLO, CHORIZO, GARBANZOS, REPOLLO GALLINA FRUTA KCAL603PROT22LIP16HC94	CREMA DE VERDURAS NATURAL FILETE DE POLLO PLANCHA CON PATATAS FRITAS FRUTA KCAL640PROT23LIP22HC87		