Marzo'24
Menú

mawersa ~ 1983 ~

Del corazón a la mesa ~ 100%

INTEGRAL

PAN INTEGRAL 1 x SEMANA

colegio CALASANZ VILLACARRIEDO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1 LENTEJAS CASERAS CON VERDURAS TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA
				Kcal. 699 · Prot.(g) 27 · Lip.(g) 20 · H.C.(g) 16
4 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS POLLO ASADO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA	**5** MACARRONES BOLOÑESA PESCADO DEL DÍA CON GUARNICION DE CHAMPIÑONES FRUTA DE TEMPORADA	**6** CREMA DE VERDURAS Y HORTALIZAS CINTA DE LOMO PATATAS FRITAS YOGUR	**7** GUISO DE GARBANZOS TORTILLA FRANCESA CON LONCHA DE PAVO FRUTA DE TEMPORADA	**8** ARROZ CON TOMATE PESCADO DEL DÍA CON ENSALADA LECHUGA, ZANAHORIA RALLADA Y ACEITUNAS SIN HUESO FRUTA DE TEMPORADA
Kcal. 696 · Prot.(g) 48 · Lip.(g) 23 · H.C.(g) 74	Kcal. 644 · Prot.(g) 40 · Lip.(g) 17 · H.C.(g) 82	Kcal. 621 · Prot.(g) 24 · Lip.(g) 88 · H.C.(g) 67	Kcal. 656 · Prot.(g) 38 · Lip.(g) 27 · H.C.(g) 69	Kcal. 619 · Prot.(g) 29 · Lip.(g) 13 · H.C.(g) 99
11 SOPA DE PICADILLO HAMBURGUESA CON PATATAS FRITAS YOGUR	**12** ARROZ CON POLLO PESCADO DEL DÍA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA	**13** COCIDO MONTAÑES HUEVO VILLAROY CON SALSA DE TOMATE NATURAL FRUTA DE TEMPORADA	**14** JUDIAS VERDES REHOGADAS ESCALOPE MILANESA CON PURÉ DE PATATA FRUTA DE TEMPORADA	**15** CODITOS CON TOMATE Y QUESO RALLADO PESCADO DEL DÍA CON ENSALADA MIXTA FRUTA DE TEMPORADA
Kcal. 636 · Prot.(g) 26 · Lip.(g) 44 · H.C.(g) 43	Kcal. 630 · Prot.(g) 36 · Lip.(g) 12 · H.C.(g) 97	Kcal. 685 · Prot.(g) 28 · Lip.(g) 24 · H.C.(g) 89	Kcal. 623 · Prot.(g) 31 · Lip.(g) 20 · H.C.(g) 85	Kcal. 652 · Prot.(g) 33 · Lip.(g) 14 · H.C.(g) 92
18 CREMA DE CALABAZA ALBÓNDIGAS CON PATATAS A CUADRITOS FRUTA DE TEMPORADA	**19** LENTEJAS CASERAS CON VERDURAS TORTILLA FRANCESA DE YORK CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA	**20** ESPAGUETIS CON PICADILLO DE CHORIZO PESCADO DEL DÍA CON GUARNICION DE GUISANTES YOGUR	**21** SOPICALDO CON GARBANZOS FILETE DE POLLO CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	**22** ARROZ CON VERDURAS VARITAS DE PESCADO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA
Kcal. 617 · Prot.(g) 27 · Lip.(g) 30 · H.C.(g) 70	Kcal. 631 · Prot.(g) 36 · Lip.(g) 17 · H.C.(g) 86	Kcal. 679 · Prot.(g) 40 · Lip.(g) 27 · H.C.(g) 80	Kcal. 640 · Prot.(g) 34 · Lip.(g) 25 · H.C.(g) 72	Kcal. 612 · Prot.(g) 18 · Lip.(g) 16 · H.C.(g) 103

Nuestros menús incluyen PAN BLANCO e INTEGRAL y la bebida es AGUA.