

Junio 2026

USAMOS ACEITES SALUDABLES EN NUESTRAS ELABORACIONES

- ✓ Aceite de oliva virgen
- ✓ Aceite de girasol alto oleico



USAMOS
SAL YODADA
EN LAS PREPARACIONES CULINARIAS

mawersa
~ 1983 ~

914 600 411
mawersa@mawersa.com
www.mawersa.com

Aportes calóricos teóricos calculados para niños de 6 a 9 años.

Menú elaborado por el Departamento de Nutrición de MAWERSA, S.L.

Lunes					Martes					Miércoles					Jueves					Viernes				
22					23					24					25					26				
MACARRONES CON TOMATE (hervido con sofrito casero) (1,3,6,10)					CREMA DE VERDURAS (hervido y triturado)					SOPA DE FIDEOS (hervido) (1,3,6,11)					ARROZ CON MAGRO (hervido con sofrito)					LENTEJAS CASERAS CON VERDURAS (guiso tradicional)				
TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA (cuajada en sartén) (3,12)					ALBÓNDIGAS MIXTAS EN SALSA CON GUARNICIÓN DE ARROZ (1,6)					LARDONES DE POLLO CON PATATAS (1)					MERLUZA CON REBOZADO CASERO Y ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE (1,3,4,12)					SAN JACOBO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE (1,3,6,7,10,12)				
YOGUR NATURAL SIN AZUCAR (7)- FRUTA DE TEMPORADA					FRUTA DE TEMPORADA					FRUTA DE TEMPORADA					FRUTA DE TEMPORADA					FRUTA DE TEMPORADA				
Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)	Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)	Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)	Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)	Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)
687	32	36	56	8,1	681	29	21	92	3,7	692	33	34	61	5,9	642	28	24	63	4,2	684	30	24	86	4,1

29					30				
CREMA DE CALABACIN (hervido y triturado)					ARROZ CON TOMATE (hervido con sofrito casero)				
HAMBURGUESA CON PATATAS (1,6)					VENTRESCA CON ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA (1,4,12)				
YOGUR NATURAL SIN AZUCAR (7)- FRUTA DE TEMPORADA					FRUTA DE TEMPORADA				
Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)	Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	AGS(g)
687	32	36	56	8,1	681	29	21	92	3,7

Alérgenos según lo establecido en el RD 1169/2011



Fruta fresca de temporada

(variedad según mercado, incluyendo fruta de temporada temprana como melón y sandía)