

MENÚ MARZO 2021

mawersa
~ 1983 ~



LUNS

1

Crema de cenorias			
Albóndigas de tenreira con patacas a cuadritos			
Froita de tempada			
Kcal	Prot	Lip	HC
673	13	41	67

MARTES

2

Sopa de fideos			
Empanada de zorza			
Froita de tempada			
Kcal	Prot	Lip	HC
602	21	11	108

MERCORES

3

Xudías verdes con chourizo			
Polo asado con ensalada mixta			
Froita de tempada			
Kcal	Prot	Lip	HC
603	33	29	55

XOVES

4

Garbanzos guisados			
Ovo villaroy con ensalada mixta			
logur			
Kcal	Prot	Lip	HC
649	30	24	86

VENRES

5

Espaguetis con tomate y queso relado			
Pescado do día			
Froita de tempada			
Kcal	Prot	Lip	HC

8

Arroz con verduras e carne			
Cinta de lomo con ensalada mixta			
Froita de tempada			
Kcal	Prot	Lip	HC
706	21	16	107

9

Crema de verduras			
Xamoncitos de polo con patacas fritas			
Froita de tempada			
Kcal	Prot	Lip	HC
635	31	25	75

10

Coditos con tomate e carne picada			
Pescado do día			
logur			
Kcal	Prot	Lip	HC
696	45	24	81

11

Lentellas caseiras con verduras			
Tortilla de patata con salchichas			
Froita de tempada			
Kcal	Prot	Lip	HC
781	30	39	78

12

Sopa de fideos con verduras			
Empanada de atún			
Froita de tempada			
Kcal	Prot	Lip	HC
631	11	17	112

15

Crema de cabaza			
Polo asado con guarnición de arroz branco			
Froita de tempada			
Kcal	Prot	Lip	HC
646	30	23	80

16

Canelons			
Pescado do día			
Yogur			
Kcal	Prot	Lip	HC
626	42	19	70

17

Sopa de estrelleñas			
Hamburguesa con patacas fritas			
Froita de tempada			
Kcal	Prot	Lip	HC
654	21	39	58

18

Alubias blancas estofadas			
Ovo villaroy con ensalada mixta			
Froita de tempada			
Kcal	Prot	Lip	HC
630	33	10	103

19



22

Lentellas caseiras con verduras			
Tortilla de patata con salchichas			
Froita de tempada			
Kcal	Prot	Lip	HC
781	30	39	78

23

Crema de verduras			
Zorza con guarnición de arroz branco			
logur			
Kcal	Prot	Lip	HC
692	28	39	64

24

Sopa de picadillo			
Escalope de polo con patacas fritas			
Froita de tempada			
Kcal	Prot	Lip	HC
600	34	20	73

25

Xudías verdes con chourizo			
Pizza de xamón y queso			
Froita de tempada			
Kcal	Prot	Lip	HC
634	24	23	87

26

Macarrons con atún			
Pescado do día			
Froita de tempada			
Kcal	Prot	Lip	HC
609	38	7	89

No cumprimento do regulamento (UE) nº 1169/2011 de que calquera produto que consuma neste establecemento pode conter trazas **dalgun alérxeno** da lista de **exposta**.