

# MENÚ SETEMBRO 2022

**mawersa**  
- 1983 -



LUNS

MARTES

MERCORES

XOVES

VENRES



12

ARROZ CON VERDURIÑAS E CARNE  
ESCALOPE DE POLO CON ENSALADA MIXTA  
FROITA DE TEMPADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
640	28	20	89

13

GARAVANZOS ESTOFADOS  
EMPANADA DO CARNE  
FROITA DE TEMPADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
770	34	22	113

14

SOPA DE ESTRELLIÑAS  
ALBONDIGAS CON PATACAS A CUADRITOS  
IOGUR

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
601	23	20	82

15

CODITOS CON TOMATE E CARNE  
PESCADO DO DÍA  
FROITA DE TEMPADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
625	33	22	76

9

CREMA DE VERDURIÑAS  
CINTA DE LOMO CON PATACAS FRITAS  
FROITA DE TEMPADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
633	17	37	57

19

XUDIAS VERDES CON CHOURIZO  
HAMBURGUESA CON PATACAS FRITAS  
FROITA DE TEMPADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
649	19	39	59

20

CALDO GALEGO  
CINTA DE LOMO CON ENSALADA  
FROITA DE TEMPADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
739	35	24	88

21

ESPAGUETIS BOLOÑESA  
PESCADO DO DÍA  
FROITA DE TEMPADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
625	33	22	76

22

ARROZ CON POLO  
OVO VILLARROY CON ENSALADA MIXTA  
FROITA DE TEMPADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
613	17	24	82

23

CREMA DE CENORIAS  
GUISO DE CARNE CON PATACAS  
IOGUR

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
590	21	22	77

26

SOPA DE FIDEOS  
PIZZA DE XAMON Y QUEISO  
FROITA DE TEMPADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
617	27	17	90

27

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS  
ZORZA CON PATACAS FRITAS  
FROITA DE TEMPADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
750	35	39	67

28

CREMA DE VERDURIÑAS  
POLO ASADO CON GUARNICIÓN DE ARROZ BLANCO  
IOGUR

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
679	35	30	79

29

LENTELLAS CASEIRAS CON VERDURIÑAS  
TORTILLA DE PATACA Y SALCHICHAS  
FROITA DE TEMPADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
781	30	39	78

30

CANELONS DE CARNE  
PESCADO DEL DÍA  
FROITA DE TEMPADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
600	35	17	77

Nuestros menús incluyen PAN BRANCO y la bebida es AUGA.