

| | | | | |
|---|--|---|---|---|
| DÍA 3 | DÍA 4 | DÍA 5 | DÍA 6 | DÍA 7 |
| Potaje de alubias (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Tortilla de patatas (135g) (3) Fruta Pan (1) | Patatas con bacalao (300 gr) (4, T6) Lomo de cerdo (2 u) en salsa con zanahorias (100 gr) Fruta Pan integral (1) | Macarrones con tomate (240 gr) (1, T3, T6, T10) Tilapia al limón con salteado de verduras (50 gr) (4) Fruta Pan (1) | Crema de calabacín Churrasco de pollo al horno con patatas (50 gr) (12) Fruta Pan integral (1) | Lentejas con chorizo (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Croquetas de jamón (5 u) (1, 3, 6, 7, T2, T4, T8, T9, T10, T14) Ensalada de lechuga y maíz Yogur sabores (7, T7) Pan (1) |
| DÍA 10 | DÍA 11 | DÍA 12 | DÍA 13 | DÍA 14 |
| Arroz con tomate (280 gr) Merluza con pimientos (4) Fruta Pan (1) | Arroz con tomate (280 gr) Merluza con pimientos (4) Fruta Pan (1) | Patatas con bacalao (300 gr) (4, T6) Lomo de cerdo (2 u) en salsa con zanahorias (100 gr) Fruta Pan integral (1) | Lentejas (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Pollo a las finas hierbas con coliflor (50 gr) Fruta Pan integral (1) | Crema de calabaza Salmón al horno con patatas (50 gr) (4) Yogur sabores (7, T7) Pan (1) |
| DÍA 17 | DÍA 18 | DÍA 19 | DÍA 20 | DÍA 21 |
| Macarrones con tomate y queso (240 gr) (1, 7, T3, T6, T10) Lomo adobado de pollo (2 u) con brócoli (50 gr) (T1) Fruta Pan (1) | Garbanzos con espinacas (280 gr) (1, T1, T5, T8, T9, T10, T11) Revuelto de huevos con patatas (150 gr) (3) Fruta Pan integral (1) | Paella mixta (280 gr) (T1, T5, T6, T8, T10, T11) Albóndigas en tomate (4 u) con guisantes (25g) (1, 6) Fruta Pan (1) | Puchero con hierbabuena (300 gr) (9) Jamoncitos de pollo (1 u) al chilindrón Fruta Pan integral (1) | Crema de zanahorias Gallo a la naranja con patatas (40 gr) (4) Yogur sabores (7, T7) Pan (1) |
| DÍA 24 | DÍA 25 | DÍA 26 | DÍA 27 | DÍA 28 |
| Patatas riojanas (300 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Pechuguita de pollo (100 gr) en salsa con champiñones (50 gr) (12) Fruta Pan (1) | Cazuela de fideos con chocos (280 gr) (1, 2, 3, 14, T6) Hamburguesa (mixta) con calabacín (50g) (12, T1) Fruta Pan integral (1) | Berza gaditana (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Tortilla de patatas (135g) (3) Fruta Pan (1) | Crema de verduras Varitas de merluza (4 u) (1, 4, T2, T3, T6, T7, T10, T14) Ensalada de tomate (80g) Fruta Pan integral (1) | Sopa de picadillo (300 gr) (3, 9) Salchichas pic-nic (4 u) (6, 12) Patatas carita (50 g) (1, T7) Yogur sabores (7, T7) Pan (1) |
| DÍA 31 | | | | |
| Lentejas estofadas con arroz (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Jamoncitos de pollo (1 u) al horno con patatas (50 gr) (12) Fruta Pan (1) | | | | |



COLEGIO AMOR DE DIOS

Marzo 2025

| | | | | |
|--------|--------|--------|--------|--------|
| DIA 3 | DIA 4 | DIA 5 | DIA 6 | DIA 7 |
| DIA 10 | DIA 11 | DIA 12 | DIA 13 | DIA 14 |
| DIA 17 | DIA 18 | DIA 19 | DIA 20 | DIA 21 |
| DIA 24 | DIA 25 | DIA 26 | DIA 27 | DIA 28 |
| DIA 31 | | | | |

Tenemos a su disposición los alérgenos obligatorios, por La Normativa 1169/2011 del 13 de Diciembre de 2014, mayormente conocida como Ley de Información Alimentaria, de todos nuestro platos. Además, contamos con menús adaptados a diferentes patologías, alergias o intolerancias, con justificación médica y/u otras situaciones especiales.

Para cualquier duda póngase en contacto con nosotros a través del correo nutri@comedoresjupes.com o al teléfono 956547694.

Este menú esta supervisado por María Gema Serván Varo, Diplomada en Nutrición Humana y Dietética en la UCAM, nº col. 661 y Licenciada en Ciencia y Tecnología de los alimentos.

Alérgenos: 1-Gluten, 2-Crustáceos, 3-Huevos, 4-Pescado, 5-Cacahuets, 6-Soja, 7-Leche, 8-Frutos secos, 9-Apio, 10-Mostaza, 11-Granos de sésamo, 12-Sulfitos, 13-Altramuces, 14-Moluscos, T-Trazas