

		DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	
DÍA 6	Macarrones (100 g) a la napolitana (240 gr) (1, T3, T6, T10) Pollo al limón con berenjenas (50 gr) Fruta	Lentejas (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Revuelto de huevos con patatas (150 gr) (3) Fruta Pan integral (1)	Patatas riojanas (sin chorizo) (300 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Merluza (100g) en salsa de zanahorias (50 g) (4) Fruta Pan (1)	Arroz con verduritas (280 gr) (T6) Pavo en tomate (100 gr) Fruta Pan integral (1)	Crema de zanahorias y calabaza Albóndigas (4u) en salsa con patatas (50g) (1, 6, 12) Yogur sabores (7, T7) Pan (1)
DÍA 13	Patatas con bacalao (300 gr) (4, T6) Pollo en salsa (90g) con menestra (50 gr) Fruta Pan (1)	Potaje de garbanzos con arroz (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Tortilla francesa (1 u) (3) Ensalada de lechuga y maíz (30 g) Fruta Pan integral (1)	Macarrones (100 g) con tomate (240 gr) (1, T3, T6, T10) Merluza al horno (100g) con brócoli (50 gr) (4) Fruta Pan (1)	Crema de calabacín y zanahorias Hamburguesa (mixta) con patatas (50 gr) (12, T1) Fruta Pan integral (1)	Lentejas estofadas con verduras (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Revuelto de huevos con patatas (150 gr) (3) Yogur sabores (7, T7) Pan (1)
DÍA 20	Arroz con tomate (280 gr) Lomo de cerdo en salsa (2 u) con calabacín (50 g) Fruta Pan (1)	Potaje de alubias (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Tortilla francesa (1 u) (3) Ensalada de lechuga y zanahoria (40g) Fruta Pan integral (1)	Coditos con tomate y zanahorias (240 gr) (1, T3) Lenguado (1 u) al ajo y perejil con coliflor (50 gr) (4) Fruta Pan (1)	Puchero con hierbabuena (300 gr) (9) Pollo en salsa (90g) con judías verdes (50 g) Fruta Pan integral (1)	Crema de zanahorias Filete de gallo empanado (80 gr) (1, 4, T3, T6, T7, T11, T12) Ensalada de lechuga y tomate (40g) Yogur sabores (7, T7) Pan (1)
DÍA 27	Potaje de judías verdes y calabaza (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Salmón al horno con arroz (50 g) (4) Fruta Pan (1)	Macarrones con pisto (220 g) (1, T3, T6, T10) Tortilla de patatas (135g) (3) Ensalada de lechuga y zanahoria (40g) Fruta Pan integral (1)	Patatas con rape (300 gr) (2, 4, 14, T2, T6, T14) Pollo a la naranja con zanahorias (50 gr) Fruta Pan (1)	Paella mixta (280 gr) (T6) Tortilla francesa (1 u) (3) Ensalada de lechuga y maíz (30 g) Fruta Pan integral (1)	
DÍA 30		DÍA 28	DÍA 29	DÍA 30	

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 Paula López Jiménez, Dietista-Nutricionista nº col. AND-00546.

		DIA 1	DIA 2	DIA 3
DIA 6	DIA 7	DIA 8	DIA 9	DIA 10
DIA 13	DIA 14	DIA 15	DIA 16	DIA 17
DIA 20	DIA 21	DIA 22	DIA 23	DIA 24
DIA 27	DIA 28	DIA 29	DIA 30	

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 Paula López Jiménez, Dietista-Nutricionista n° col. AND-00546.