

				<b>DÍA 1</b>
<b>DÍA 4</b>	Arroz con verduritas (280 gr) (T6) Tortilla de patatas (135g) (3, T3) Ensalada de tomate (40g) Fruta Pan integral (1, T1)	<b>DÍA 5</b>	Coditos con tomate y zanahorias (240 gr) (1, T3) Merluza al horno (100g) con judías verdes (50 g) (4) Fruta Pan (1)	<b>DÍA 6</b>
<b>DÍA 7</b>	Puchero con hierbabuena (300 gr) (9, T9) Albóndigas de pollo (4u) en salsa con zanahorias (25g) (1, 12, T6, T10) Fruta Pan integral (1, T1)	<b>DÍA 8</b>	Potaje de alubias (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Revuelto de huevos con patatas (150 gr) (3) Yogur sabores (7, T7) Pan (1)	<b>DÍA 11</b>
Patatas con rape (300 gr) (2, 4, 14, T2, T6, T14) Pollo a la naranja con calabaza (50 g) Fruta Pan (1)	<b>DÍA 12</b>	Potaje de garbanzos con arroz (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Tortilla francesa (1 u) (3, T3) Ensalada de lechuga y zanahoria (40g) Fruta Pan integral (1, T1)	<b>DÍA 13</b>	Macarrones (100 g) con tomate (240 gr) (1, T3, T6, T10) Hamburguesa (mixta) con calabacín (50g) (12, T1) Fruta Pan (1)
<b>DÍA 14</b>	Crema de verduras Tortilla de patatas (135g) (3, T3) Ensalada de lechuga y maíz (30 g) Fruta Pan integral (1, T1)	<b>DÍA 15</b>	Potaje de judías verdes y calabaza (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Salmón al horno con patatas (50 gr) (4) Yogur sabores (7, T7) Pan (1)	<b>DÍA 18</b>
Macarrones (100 g) a la napolitana (240 gr) (1, T3, T6, T10) Lomo de cerdo (2u) en salsa de manzana con salteado de verduras (50 g) Fruta Pan (1)	<b>DÍA 19</b>	Arroz con tomate (280 gr) Pollo al ajillo con judías verdes (50 gr) Fruta Pan (1)	<b>DÍA 20</b>	Crema de zanahorias Tortilla de patatas (135g) (3, T3) Tomate con albahaca (50g) Fruta Pan integral (1, T1)
<b>DÍA 21</b>	Puchero con hierbabuena (300 gr) (9, T9) Lenguado (1 u) al ajo y perejil con coliflor (50 gr) (4) Yogur sabores (7, T7) Pan (1)	<b>DÍA 22</b>	<b>DÍA 25</b>	Espirales con tomate (240 gr) (1, T3, T6, T10) Pavo en salsa (100 g) con zanahorias (50 gr) Fruta Pan (1)
<b>DÍA 26</b>	Lentejas estofadas con verduras (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Tortilla francesa (1 u) (3, T3) Ensalada de lechuga y zanahoria (40g) Fruta Pan integral (1, T1)	<b>DÍA 27</b>	<b>DÍA 28</b>	Patatas con bacalao (300 gr) (4, T6) Jamoncitos de pollo (1 u) al horno con calabacín (50 gr) Fruta Pan (1)
<b>DÍA 29</b>	Potaje de garbanzos (300 gr) (T1, T5, T8, T9, T10, T11) Merluza en tomate (4) Yogur sabores (7, T7) Pan (1)	<b>DÍA 29</b>	<b>DÍA 29</b>	Arroz con pollo (300 gr) (T6) Mini San Jacobo (3 u) (1, 6, 7, T2, T3, T4, T9, T10, T14) Ensalada de lechuga y maíz (30 g) Fruta Pan integral (1, T1)

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](mailto:nutri@comedoresjupes.com) o al teléfono 956547694.

Este menú esta supervisado por Paula López Jiménez, Dietista-Nutricionista nº col. AND-00546.

				DIA 1
DIA 4	DIA 5	DIA 6	DIA 7	DIA 8
DIA 11	DIA 12	DIA 13	DIA 14	DIA 15
DIA 18	DIA 19	DIA 20	DIA 21	DIA 22
DIA 25	DIA 26	DIA 27	DIA 28	DIA 29

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.