

<p>Lentejas con babetas (280 gr) (1, T1, T3, T5, T6, T8, T10, T11)</p> <p>Jamoncitos de pollo (1 u) al horno con patatas (50 gr)</p> <p>Fruta</p> <p>Pan (1)</p> <p>DÍA 1</p>	<p>Arroz dos delicias 1º (220g) (3, T3)</p> <p>Tortilla de patatas (135g) (3, T3)</p> <p>Ensalada de tomate (40g)</p> <p>Fruta</p> <p>Pan integral (1, T1)</p> <p>DÍA 2</p>	<p>Macarrones (100 g) con tomate (240 gr) (1, T3, T6, T10)</p> <p>Albóndigas de pollo (4u) en salsa con zanahorias (25g) (1, 12, T6, T10)</p> <p>Fruta</p> <p>Pan (1)</p> <p>DÍA 3</p>	<p>Puchero con hierbabuena (300 gr) (9, T9)</p> <p>Merluza al horno (100g) con judías verdes (50 g) (4)</p> <p>Fruta</p> <p>Pan integral (1, T1)</p> <p>DÍA 4</p>	<p>Potaje de alubias (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11)</p> <p>Revuelto de huevos con patatas (150 gr) (3)</p> <p>Ensalada de lechuga y tomate (40g)</p> <p>Yogur sabores (7, T7)</p> <p>DÍA 5</p>
<p>Patatas con rape (300 gr) (2, 4, 14, T2, T6, T14)</p> <p>Pollo a la naranja con calabaza (50 gr)</p> <p>Fruta</p> <p>Pan (1)</p> <p>DÍA 8</p>	<p>Potaje de garbanzos con arroz (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11)</p> <p>Tortilla francesa (1 u) (3, T3)</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria (40g)</p> <p>Fruta</p> <p>Pan integral (1, T1)</p> <p>DÍA 9</p>	<p>Coditos con tomate y zanahorias (240 gr) (1, T3)</p> <p>Hamburguesa (mixta) con calabacín (50g) (12, T1)</p> <p>Fruta</p> <p>Pan (1)</p> <p>DÍA 10</p>	<p>Crema de verduras</p> <p>Revuelto de huevos con patatas (150 gr) (3)</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz (30 g)</p> <p>Fruta</p> <p>Pan integral (1, T1)</p> <p>DÍA 11</p>	<p>Potaje de judías verdes y calabaza (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11)</p> <p>Salmón al horno con patatas (50 gr) (4)</p> <p>Yogur sabores (7, T7)</p> <p>Pan (1)</p> <p>DÍA 12</p>
<p>Macarrones (100 g) a la napolitana (240 gr) (1, T3, T6, T10)</p> <p>Lomo de cerdo (2u) en salsa de manzana con salteado de verduras (50 g) (12)</p> <p>Fruta</p> <p>Pan (1)</p> <p>DÍA 15</p>	<p>Lentejas (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11)</p> <p>Tortilla de patatas (135g) (3, T3)</p> <p>Ensalada de lechuga y tomate (40g)</p> <p>Fruta</p> <p>Pan integral (1, T1)</p> <p>DÍA 16</p>	<p>Arroz con tomate (280 gr)</p> <p>Pollo al ajillo con judías verdes (50 gr)</p> <p>Fruta</p> <p>Pan (1)</p> <p>DÍA 17</p>	<p>Crema de zanahorias</p> <p>Tortilla francesa (1 u) (3, T3)</p> <p>Tomate con albahaca (50g)</p> <p>Fruta</p> <p>Pan integral (1, T1)</p> <p>DÍA 18</p>	<p>Pizza de jamón york y queso 1º (2u) (1, 6, 7, T3, T4, T5, T8, T10)</p> <p>Nugget de pollo (4 u) (1, 6, T10)</p> <p>Patatas bastón al horno (100 g)</p> <p>Yogur sabores (7, T7)</p> <p>Pan (1)</p> <p>DÍA 19</p>
<p>Ensalada de pasta (210g) (1, 3, 12, T3, T6, T10, T12)</p> <p>Pavo en salsa (100 g) con zanahorias (50 gr)</p> <p>Fruta</p> <p>Pan (1)</p> <p>DÍA 22</p>	<p>DÍA 23</p>	<p>DÍA 24</p>	<p>DÍA 25</p>	<p>DÍA 26</p>
<p>DÍA 29</p>	<p>DÍA 30</p>			

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 4	DIA 5
DIA 8	DIA 9	DIA 10	DIA 11	DIA 12
DIA 15	DIA 16	DIA 17	DIA 18	DIA 19
DIA 22	DIA 23	DIA 24	DIA 25	DIA 26
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.