



C.E.I. MI PEQUEÑA LULU

DIETA: BASAL

Junio 2024

Crema de calabacín Churrasco de pollo a la flora con patatas (200 gr) (1, T10, T11, T8, T9) Fruta Pan (1) DIA 3	Lentejas con chorizo (280 gr) (T1, T10, T11, T8) Varitas de merluza (2 u) (, 1, 4, T10, T2, T3, T6, T7) Ensalada de lechuga y maíz Fruta Pan integral (1) DIA 4	Patatas con bacalao (300 gr) (12, 4) Lomo de cerdo en salsa con zanahorias (1 u) (12, T10, T11, T8, T9) Fruta Pan (1) DIA 5	Arroz con tomate (280 gr) Merluza con pimientos (4) Fruta Pan integral (1) DIA 6	Potaje de alubias (280 gr) (T1, T10, T11, T8) Tortilla de patatas (100g) (3) Yogur sabores (7, T7) Pan (1) DIA 7
Lentejas (280 gr) (T1, T10, T11, T8) Pollo a las finas hierbas con coliflor (200 gr) Fruta Pan (1) DIA 10	Crema de calabaza Mini San Jacobo (2 u) (, 1, 6, 7, T10, T2, T3, T4, T9) Ensalada de lechuga y maíz Fruta Pan integral (1) DIA 11	Macarrones con tomate y queso (220 gr) (1, 7, T10, T3, T6) Lomo adobado de pollo con champiñones (2 u) (T1) Fruta Pan (1) DIA 12	Garbanzos con acelgas (280 gr) (T1, 1, T10, T11, T8) Revuelto de huevos con patatas (100 gr) (3) Fruta Pan integral (1) DIA 13	Paella mixta (280 gr) (T1, T10, T11, T8) Albóndigas en salsa con zanahorias (3 u) (1, 12, 6) Yogur sabores (7, T7) Pan (1) DIA 14
Puchero con hierbabuena (300 gr) (9) Jamoncitos de pollo al chilindrón (200 gr) Fruta Pan (1) DIA 17	Crema de zanahorias Tilapia a la naranja con patatas (200 gr)* (4) Fruta Pan integral (1) DIA 18	Berza gaditana (280 gr) (T1, T10, T11, T8) Tortilla de patatas (100g) (3) Fruta Pan (1) DIA 19	Cazuela de fideos con chocos (280 gr) (1, 12, 14, 2, 3) Pollo en salsa con menestra (150 gr) (12) Fruta Pan integral (1) DIA 20	Patatas riojanas (280 gr) (T1, T10, T11, T8) Hamburguesa (mixta) con calabacín (T1, 12) Yogur sabores (7, T7) Pan (1) DIA 21
Crema de verduras Varitas de merluza (3 u) (, 1, 4, T10, T2, T3, T6, T7) Ensalada de tomate Fruta Pan (1) DIA 24	Arroz tres delicias (14, 2, 3) Salchichas pic-nic (3 u) (12, 6) Patatas carita (1, T7) Fruta Pan integral (1) DIA 25	Espirales a la boloñesa (280 gr) (1, 12, T10, T11, T3, T6, T8, T9) Tortilla francesa (1 u) (3) Fruta Pan (1) DIA 26	Lentejas estofadas con arroz (280 gr) (T1, T10, T11, T8) Jamoncitos de pollo al horno con patatas (200 gr) (12) Fruta Pan integral (1) DIA 27	Patatas guisadas con pavo (300 gr) (12) Tilapia al eneldo con calabaza (150 gr) (4) Yogur sabores (7, T7) Pan (1) DIA 28

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.