

			<b>DÍA 1</b>	<b>DÍA 2</b>
Crema de calabacín Churrasco de pollo al horno con patatas (50 gr) (12) Fruta Pan (1)  <b>DÍA 5</b>	Lentejas (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Varitas de merluza (3 u) (1, 4, T2, T3, T6, T7, T10, T14) Ensalada de lechuga y maíz Fruta Pan integral (1)  <b>DÍA 6</b>	Potaje de alubias (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Tortilla de patatas (100g) (3) Fruta Pan (1)  <b>DÍA 7</b>	Patatas con bacalao (300 gr) (4, T6) Lomo de cerdo (1 u) en salsa con zanahorias (50 gr) Fruta Pan integral (1)  <b>DÍA 8</b>	Arroz con tomate (280 gr) Merluza con pimientos (4) Yogur sabores (7, T7) Pan (1)  <b>DÍA 9</b>
Crema de calabaza Pollo a las finas hierbas con coliflor (50 gr) Fruta Pan (1)  <b>DÍA 12</b>	Lentejas estofadas con verduras (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Salmón al horno con patatas (50 gr) (4) Fruta Pan integral (1)  <b>DÍA 13</b>	Macarrones con tomate y queso (240 gr) (1, 7, T3, T6, T10) Lomo adobado de pollo (1.5 u) con champiñones (50 gr) (T1) Fruta Pan (1)  <b>DÍA 14</b>	Potaje de garbanzos (sin chorizo) (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Lenguado (1 u) al ajo y perejil con judías verdes (50 gr) (4) Fruta Pan integral (1)  <b>DÍA 15</b>	Paella mixta (280 gr) (T6) Tortilla francesa (1 u) (3) Yogur sabores (7, T7) Pan (1)  <b>DÍA 16</b>
Puchero con hierbabuena (300 gr) (9) Albóndigas (3u) en salsa con zanahorias (25g) (1, 6) Fruta Pan (1)  <b>DÍA 19</b>	Crema de zanahorias Jamoncitos de pollo (1 u) al chilindrón Fruta Pan integral (1)  <b>DÍA 20</b>	Patatas riojanas (sin chorizo) (300 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Merluza al horno con parrillada de verduras (50gr) (4) Fruta Pan (1)  <b>DÍA 21</b>	Cazuela de fideos con chocos (280 gr) (1, 2, 3, 14, T6) Hamburguesa (mixta) con calabacín (50g) (12, T1) Fruta Pan integral (1)  <b>DÍA 22</b>	Berza gaditana (no carne) (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Tortilla de patatas (100g) (3) Yogur sabores (7, T7) Pan (1)  <b>DÍA 23</b>
Crema de calabacín y calabaza Pechuguita de pollo (100 gr) en salsa con zanahorias (50 gr) Fruta Pan (1)  <b>DÍA 26</b>	Arroz con pollo (12, T6) Salchichas pic-nic (3 u) con judías verdes (50 gr) (6, 12) Fruta Pan integral (1)  <b>DÍA 27</b>	Lentejas (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Gallo al horno con brócoli (50 gr) (4) Fruta Pan (1)  <b>DÍA 28</b>	Espirales a la boloñesa (280 gr) (1, T3, T6, T10) Nugget de pollo (3 u) (1, 6, T10) Ensalada de lechuga y maíz Fruta Pan integral (1)  <b>DÍA 29</b>	Patatas guisadas con pavo (300 gr) (T6) Tortilla francesa (1 u) (3) Yogur sabores (7, T7) Pan (1)  <b>DÍA 30</b>

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 2
DIA 5	DIA 6	DIA 7	DIA 8	DIA 9
DIA 12	DIA 13	DIA 14	DIA 15	DIA 16
DIA 19	DIA 20	DIA 21	DIA 22	DIA 23
DIA 26	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](mailto: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.