



C.E.I. MI PEQUEÑA LULU

DIETA: BASAL

Octubre 2025

		Paella mixta (280 gr) (T6) Jamonicitos de pollo (1 u) al chilindrón Fruta Pan (1) №1	Potaje de judías verdes y calabaza (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Tortilla francesa (1 u) (3) Ensalada de tomate (40g) Fruta Pan integral (1) №2	Coditos con tomate y zanahorias (240 gr) (1, T3) Salmón al horno con salteado de verduras (50 gr) (4) Yogur sabores (7, T7) Pan (1) №3
Crema de calabaza Pollo a las finas hierbas con coliflor (50 gr) Fruta Pan (1) №6	Lentejas estofadas con verduras (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Lomo de cerdo (1u) en salsa de manzana con arroz (50 g) Fruta Pan integral (1) №7	Macarrones con tomate y queso (240 gr) (1, T7, T3, T6, T10) Pavo en salsa (100 g) con judías verdes (50 gr) Fruta Pan (1) №8	Potaje de garbanzos (sin chorizo) (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Lenguado (1 u) a la vasca con guisantes (50gr) (4) Fruta Pan integral (1) №9	Fideua a la marinera (280 gr) (1, 2, 14, T3, T6, T10) Tortilla francesa (1 u) (3) Ensalada de tomate (40g) Yogur sabores (7, T7) Pan (1) №10
Puchero con hierbabuena (300 gr) (9) Albóndigas (3u) en salsa con zanahorias (25g) (1, 6, 12) Fruta Pan (1) №13	Crema de calabacín Jamonicitos de pollo (1 u) al horno con arroz (50 g) Fruta Pan integral (1) №14	Arroz con tomate (280 gr) Hamburguesa (mixta) con patatas (50 gr) (12, T1) Fruta Pan (1) №15	Patatas con chocos (300 gr) (2, 14, T1, T5, T8, T10, T11) Pechuguita de pollo (100 gr) en salsa con champiñones (50 gr) Fruta Pan integral (1) №16	Berza gaditana (no carne) (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Tortilla de patatas (100g) (3) Yogur sabores (7, T7) Pan (1) №17
Crema de calabacín y calabaza Jamonicitos de pollo (1 u) en salsa con zanahorias (50 gr) Fruta Pan (1) №20	Macarrones con tomate (240 gr) (1, T3, T6, T10) Filete de gallo empanado (80) (1, 4, T3, T6, T7, T11, T12) Ensalada de lechuga y zanahoria (40g) Fruta Pan integral (1) №21	Lentejas (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Pollo al ajillo con judías verdes (50 gr) Fruta Pan (1) №22	Espirales con tomate (240 gr) (1, T3, T6, T10) Merluza a la gallega (100g) con patatas (50g) (4, T1, T5, T8, T10, T11) Fruta Pan integral (1) №23	Patatas con rape (300 gr) (4, 12, T6) Tortilla francesa (1 u) (3) Ensalada de tomate (40g) Yogur sabores (7, T7) Pan (1) №24
Garbanzos con espinacas (280 gr) (1, T1, T5, T8, T9, T10, T11) Lomo adobado de pollo (1.5 u) con brócoli (50 gr) (T1) Fruta Pan (1) №27	Sopa de picadillo (300 gr) (3, 9) Nugget de pollo (3 u) (1, 6, T10) Ensalada de lechuga y maíz (40g) Fruta Pan integral (1) №28	Potaje de alubias (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Pavo en tomate (100 gr) Fruta Pan (1) №29	Arroz con verduritas (280 gr) (T6) Revuelto de huevos con patatas (100 gr) (3) Fruta Pan integral (1) №30	Patatas riojanas (sin chorizo) (300 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Merluza (100g) en salsa de zanahorias (50 g) (4) Yogur sabores (7, T7) Pan (1) №31

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.



C.E.I. MI PEQUEÑA LULU

Octubre 2025

		DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3
DÍA 6	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9	DÍA 10
DÍA 13	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16	DÍA 17
DÍA 20	DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23	DÍA 24
DÍA 27	DÍA 28	DÍA 29	DÍA 30	DÍA 31

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.

Alérgenos: 1-Gluten, 2-Crustáceos, 3-Huevos, 4-Pescado, 5-Cacahuets, 6-Soja, 7-Leche, 8-Frutos secos, 9-Apio, 10-Mostaza, 11-Granos de sésamo, 12-Sulfitos, 13-Altramuces, 14-Moluscos, T-Trazas