

		Lentejas (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Pollo al ajillo con judías verdes (50 gr) Fruta Pan (1)		
		<b>DÍA 1</b>	<b>DÍA 2</b>	<b>DÍA 3</b>
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)	Arroz con carne de pavo (300 gr) (T6) Nugget de pollo (3 u) (1, 6, T10) Ensalada de lechuga y maíz (30 g) Fruta Pan integral (1)	Macarrones (100 g) a la napolitana (240 gr) (1, T3, T6, T10) Pollo al limón con berenjenas (50 gr) Fruta Pan (1)	Lentejas (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Revuelto de huevos con patatas (100 gr) (3) Fruta Pan integral (1)	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)
<b>DÍA 6</b>	<b>DÍA 7</b>	<b>DÍA 8</b>	<b>DÍA 9</b>	<b>DÍA 10</b>
Arroz con verduritas (280 gr) (T6) Pavo en tomate (100 gr) Fruta Pan (1)	Crema de zanahorias y calabaza Albóndigas (3u) en salsa con patatas (50g) (1, 6, 12) Fruta Pan integral (1)	Patatas con bacalao (300 gr) (4, T6) Pollo en salsa (90g) con menestra (50 gr) Fruta Pan (1)	Potaje de garbanzos con arroz (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Tortilla francesa (1 u) (3) Ensalada de lechuga y maíz (30 g) Fruta Pan integral (1)	Macarrones (100 g) con tomate (240 gr) (1, T3, T6, T10) Merluza al horno (100g) con brócoli (50 gr) (4) Yogur sabores (7, T7) Pan (1)
<b>DÍA 13</b>	<b>DÍA 14</b>	<b>DÍA 15</b>	<b>DÍA 16</b>	<b>DÍA 17</b>
Crema de calabacín y zanahorias Hamburguesa (mixta) con patatas (50 gr) (12, T1) Fruta Pan (1)	Lentejas estofadas con verduras (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Revuelto de huevos con patatas (100 gr) (3) Fruta Pan integral (1)	Arroz con tomate (280 gr) Lomo de cerdo en salsa (1 u) con calabacín (50 g) Fruta Pan (1)	Potaje de alubias (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Tortilla francesa (1 u) (3) Ensalada de lechuga y zanahoria (40g) Fruta Pan integral (1)	Coditos con tomate y zanahorias (240 gr) (1, T3) Lenguado (1 u) al ajo y perejil con coliflor (50 gr) (4) Yogur sabores (7, T7) Pan (1)
<b>DÍA 20</b>	<b>DÍA 21</b>	<b>DÍA 22</b>	<b>DÍA 23</b>	<b>DÍA 24</b>
Puchero con hierbabuena (300 gr) (9) Pollo en salsa (90g) con judías verdes (50 g) Fruta Pan (1)	Crema de zanahorias Filete de gallo empanado (80 gr) (1, 4, T3, T6, T7, T11, T12) Ensalada de lechuga y tomate (40g) Fruta Pan integral (1)	Potaje de judías verdes y calabaza (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Salmón al horno con arroz (50 g) (4) Fruta Pan (1)	Macarrones con pisto (220 g) (1, T3, T6, T10) Tortilla de patatas (100g) (3) Fruta Pan integral (1)	
<b>DÍA 27</b>	<b>DÍA 28</b>	<b>DÍA 29</b>	<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 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 6	DIA 7	DIA 8	DIA 9	DIA 10
DIA 13	DIA 14	DIA 15	DIA 16	DIA 17
DIA 20	DIA 21	DIA 22	DIA 23	DIA 24
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 Paula López Jiménez, Dietista-Nutricionista n° col. AND-00546.