

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