

		Coditos a la crema (240g) (1, 7, T3, T7) Albóndigas de pollo (3u) en salsa con guisantes (25g) (1, 12, T6, T10) Fruta Pan (1)	Lentejas estofadas con arroz (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Tortilla de patatas (100g) (3, T3) Ensalada de tomate (40g) Fruta Pan integral (1, T1)	Macarrones (100 g) con tomate (240 gr) (1, T3, T6, T10) Merluza al limón (100g) con patatas (50g) (4) Helado tarrina (7, T3, T5, T8) Pan (1)
		<b>DÍA 1</b>	<b>DÍA 2</b>	<b>DÍA 3</b>
Potaje de judías verdes y calabaza (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Tortilla francesa (1 u) (3, T3) Ensalada de lechuga y zanahoria (40g) Fruta Pan (1)	Sopa de picadillo (300 gr) (3, 9, T3, T9) Varitas de merluza (2 u) (1, 4, T2, T3, T6, T7, T10, T14) Calabacín salteado (50g) Fruta Pan integral (1, T1)	Paella mixta (280 gr) (T6) Tortilla de patatas (100g) (3, T3) Ensalada de lechuga y maíz (30 g) Fruta Pan (1)	Patatas con bacalao (300 gr) (4, T6) Pollo a las finas hierbas con coliflor (50 gr) Fruta Pan integral (1, T1)	Coditos con tomate y zanahorias (240 gr) (1, T3) Salmón al horno con salteado de verduras (50 gr) (4) Helado tarrina (7, T3, T5, T8) Pan (1)
<b>DÍA 6</b>	<b>DÍA 7</b>	<b>DÍA 8</b>	<b>DÍA 9</b>	<b>DÍA 10</b>
Crema de calabaza Lomo de cerdo (1 u) en salsa con zanahorias (50 gr) 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, T1)	Macarrones (100 g) a la napolitana (240 gr) (1, T3, T6, T10) Pollo en salsa (90g) con judías verdes (50 g) Fruta Pan (1)	Potaje de garbanzos (300 gr) (T1, T5, T8, T9, T10, T11) Lenguado (1 u) a la vasca con guisantes (50gr) (4) Fruta Pan integral (1, T1)	Fideua a la marinera (280 gr) (1, 2, 14, T3, T6, T10) Tortilla francesa (1 u) (3, T3) Tomate con albahaca (50g) Helado tarrina (7, T3, T5, T8) Pan (1)
<b>DÍA 13</b>	<b>DÍA 14</b>	<b>DÍA 15</b>	<b>DÍA 16</b>	<b>DÍA 17</b>
Arroz con verduritas (280 gr) (T6) Albóndigas (3u) en salsa con zanahorias (25g) (1, 6, 12) Fruta Pan (1)	Crema de calabacín Jamoncitos de pollo (1 u) al horno con patatas (50 gr) Fruta Pan integral (1, T1)	Patatas riojanas (sin chorizo) (300 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Hamburguesa (mixta) con calabacín (50g) (12, T1) Fruta Pan (1)	Arroz con tomate (280 gr) Wok de pollo con verduras (150g) (sin salsa de soja) Fruta Pan integral (1, T1)	Macarrones al ajillo con gambas (220g) (1, 2, 14, T3, T6, T10) Tortilla de patatas (100g) (3, T3) Ensalada de lechuga y zanahoria (40g) Helado tarrina (7, T3, T5, T8) Pan (1)
<b>DÍA 20</b>	<b>DÍA 21</b>	<b>DÍA 22</b>	<b>DÍA 23</b>	<b>DÍA 24</b>
Berza gaditana (no carne) (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Jamoncitos de pollo (1 u) a las finas hierbas con zanahorias (50 g) Fruta Pan (1)	Crema de calabacín y zanahorias Filete de gallo empanado (80 gr) (1, 4, T3, T6, T7, T11, T12) Ensalada de lechuga y tomate (40g) Fruta Pan integral (1, T1)	Lentejas (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Pollo al ajillo con judías verdes (50 gr) Fruta Pan (1)	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, T1)	Pizza de jamón york y queso 1º (1u) (1, 6, 7, T3, T4, T5, T8, T10) Nugget de pollo (3 u) (1, 6, T10) Ensalada de lechuga y maíz (40g) Helado tarrina (7, T3, T5, T8) Pan (1)
<b>DÍA 27</b>	<b>DÍA 28</b>	<b>DÍA 29</b>	<b>DÍA 30</b>	<b>DÍA 31</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.

		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](mailto:nutri@comedoresjupes.com) o al teléfono 956547694.

Este menú esta supervisado por Paula López Jiménez, Dietista-Nutricionista n° col. AND-00546.

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