

			DÍA 1	DÍA 2
DÍA 5		DÍA 7	Arroz con verduritas (280 gr) (T6) Pavo en tomate (100 gr) Fruta Pan integral (1)	Crema de zanahorias y calabaza Albóndigas (4u) en salsa con patatas (50g) (1, 6, 12) Yogur sabores (7, T7) Pan (1)
Patatas con bacalao (300 gr) (4, T6) Pollo en salsa 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) Fruta Pan (1)	Crema de calabacín y zanahorias Hamburguesa (mixta) con patatas (50 gr) (12, T1) Fruta Pan integral (1)	Lentejas estofadas con verduras (280 gr) (T1, T5, T8, T10, T11) Revuelto de huevos con patatas (150 gr) (3) Yogur sabores (7, T7) Pan (1)
DÍA 12	DÍA 13	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16
Arroz con tomate (280 gr) Lomo de cerdo en salsa (2 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) Fruta Pan (1)	Puchero con hierbabuena (300 gr) (9) Pollo en salsa de queso con judías verdes (50g) (1, 3, 7) Fruta Pan integral (1)	Crema de zanahorias Filete de gallo empanado (80 gr) (1, 4, T3, T6, T7, T11, T12) Ensalada de lechuga y tomate (40g) Yogur sabores (7, T7) Pan (1)
DÍA 19	DÍA 20	DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23
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 (135g) (3) Tomate con albahaca (50g) Fruta Pan integral (1)	Patatas con rape (300 gr) (2, 4, 14, T2, T6, T14) Pollo a la naranja con zanahorias (50 gr) Fruta Pan (1)	Paella mixta (280 gr) (T6) Tortilla francesa (1 u) (3) Ensalada de lechuga y maíz (30 g) Fruta Pan integral (1)	Crema de calabacín Salchichas pic-nic (4 u) con judías verdes (50g) (6) Yogur sabores (7, T7) Pan (1)
DÍA 26	DÍA 27	DÍA 28	DÍA 29	DÍA 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 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