

<p>FIESTA DEL TRABAJO</p> <p><b>DÍA 1</b></p>	<p>Espirales a la carbonara ( 1, 3, 6, 7, ) Lomo adobado con menestra ( 6, 12, ) Fruta Pan integral ( 1, )</p> <p><b>DÍA 2</b></p>	<p>Lentejas estofadas con verduras San jacob (90 gr) ( 1, 3, 6, 7, ) Ensalada de lechuga y maíz Fruta Pan ( 1, )</p> <p><b>DÍA 3</b></p>	<p>Sopa de picadillo ( 3, 9, ) Albóndigas en tomate con guisantes ( 1, 6, ) Fruta Pan integral ( 1, )</p> <p><b>DÍA 4</b></p>	<p>Crema de calabacín Lenguado al horno con patatas ( 4, ) Yogur sabores ( 7, ) Pan ( 1, )</p> <p><b>DÍA 5</b></p>
<p>Potaje de garbanzos con arroz Pollo a la naranja con zanahorias Fruta Pan ( 1, )</p> <p><b>DÍA 8</b></p>	<p>Patatas con pescado ( 4, ) Tortilla francesa ( 3, ) Fruta Pan integral ( 1, )</p> <p><b>DÍA 9</b></p>	<p>Macarrones con tomate ( 1, ) Hamburguesa (mixta) con patatas ( 12, ) Fruta Pan ( 1, )</p> <p><b>DÍA 10</b></p>	<p>Crema de zanahorias Tilapia al eneldo con calabaza ( 4, ) Fruta Pan integral ( 1, )</p> <p><b>DÍA 11</b></p>	<p>Potaje de alubias con chorizo Patatas con boloñesa al mojo Yogur sabores ( 7, ) Pan ( 1, )</p> <p><b>DÍA 12</b></p>
<p>Fideua a la marinera ( 1, 2, 3, 4, 12, 14, ) Lomo de cerdo en salsa de manzana con salteado de verduras Fruta Pan ( 1, )</p> <p><b>DÍA 15</b></p>	<p>Lentejas Pollo al ajillo con patatas Fruta Pan integral ( 1, )</p> <p><b>DÍA 16</b></p>	<p>Arroz con carne de pavo ( 12, ) Tortilla de patatas (135g) ( 3, ) Fruta Pan ( 1, )</p> <p><b>DÍA 17</b></p>	<p>Crema de zanahorias y calabaza Salchichas pic-nic con judías verdes ( 6, 12, ) Fruta Pan integral ( 1, )</p> <p><b>DÍA 18</b></p>	<p>Puchero con hierbabuena ( 9, ) Lenguado al ajo y perejil con coliflor ( 4, ) Yogur sabores ( 7, ) Pan ( 1, )</p> <p><b>DÍA 19</b></p>
<p>Lentejas estofadas con zanahorias Jamoncitos de pollo al horno con patatas ( 12, ) Fruta Pan ( 1, )</p> <p><b>DÍA 22</b></p>	<p>Espirales con tomate ( 1, 3, ) Tortilla de patatas (135g) ( 3, ) Fruta Pan integral ( 1, )</p> <p><b>DÍA 23</b></p>	<p>Patatas riojanas Estofado de pavo con champiñones ( 12, ) Fruta Pan ( 1, )</p> <p><b>DÍA 24</b></p>	<p>Arroz tres delicias ( 2, 3, 14, ) Nugget de pollo ( 1, 6, ) Ensalada de lechuga y tomate Fruta Pan integral ( 1, )</p> <p><b>DÍA 25</b></p>	<p>Potaje de garbanzos (sin chorizo) Gallo en salsa verde ( 4, 12, ) Yogur sabores ( 7, ) Pan ( 1, )</p> <p><b>DÍA 26</b></p>
<p>Patatas con choco ( 2, 14, ) Albóndigas en salsa con zanahorias ( 1, 6, 12, ) Fruta Pan ( 1, )</p> <p><b>DÍA 29</b></p>	<p>Potaje de judías verdes y calabaza Huevos revueltos campero (sin chorizo) ( 3, ) Fruta Pan integral ( 1, )</p> <p><b>DÍA 30</b></p>	<p>Macarrones con tomate y queso ( 1, 7, ) Tilapia al limón con judías verdes ( 4, ) Fruta Pan ( 1, )</p> <p><b>DÍA 31</b></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](mailto:nutri@comedoresjupes.com) o al teléfono 956547694.

Este menú esta supervisado por María Gema Serván Varo, Diplomada en Nutrición Humana y Dietética en la UCAM, nº col. 661 y Licenciada en Ciencia y Tecnología de los alimentos.