

MENU PARA INTOLERANTES A LAS LEGUMBRES



JUMELA ROMERO S.L.

REGISTRO SANITARIO R.G.S.A. Nº 2604.937/TO

DICIEMBRE 2016															
								JUEVES 1				VIERNES 2			
								Brócoli cocido				Judías verdes rehogadas			
								Filete de pollo plancha				Palometa en salsa con ensalada de zanahoria (4)			
Fruta								Fruta				Fruta			
KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP
470	22	33,5	41,6	780	41,2	39,2	58,6	780	41,2	39,2	58,6	780	41,2	39,2	58,6
LUNES 5				MIÉRCOLES 7				VIERNES 9							
Arroz con tomate				Espaguetis a la boloñesa(ternera picada)(1)				Crema de verduras (ace,pue,zan,esp)							
Palometa en salsa con ensalada de zanahoria (4)				Caldillo de jamón con ensalada de remolacha (4)				ortilla española(1h) y ensalada de remolacha							
Fruta				Fruta				Fruta							
KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP
683	32,4	53,5	48,6	941	41,7	79,6	62,9	663	48	38,5	24,3	663	48	38,5	24,3
LUNES 12				MARTES 13				MIÉRCOLES 14							
Macarrones con tomate (1)				Judías verdes rehogadas				Brócoli salteado							
Palometa en salsa con ensalada de maíz (4)				Pollo asado con patatas naturales				Filete de pollo plancha							
Fruta				Fruta				Fruta							
KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP
722	43	36	52	765	33,2	58,2	50,6	575	29,1	44,7	44,2	754	38,4	84,5	23,6
LUNES 19				MARTES 20				MIÉRCOLES 21							
Espaguetis a la boloñesa(ternera picada)(1)				Crema de verduras (ace,pue,zan,esp)				Arroz con tomate							
Merluza en salsa con ensalada de maíz (4)				Elevos Moll (1h) con ensalada de zanahorias (1.3)				Palometa en salsa con ensalada de zanahoria (4)							
Fruta				Fruta				Fruta							
KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP
760	38,3	99,7	33,9	735	45,8	40,7	51,1	683	32,4	53,5	48,6	785	51,5	35,9	47
LUNES 26				MARTES 27				MIÉRCOLES 28							
Arroz con tomate				Judías verdes rehogadas				Brócoli salteado							
Palometa en salsa con ensalada de maíz (4)				Pollo asado con patatas naturales				Filete de pollo plancha							
Fruta				Fruta				Fruta							
KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP
722	43	36	52	765	33,2	58,2	50,6	575	29,1	44,7	44,2	754	38,4	84,5	23,6
LUNES 3				MARTES 9				MIÉRCOLES 10							
Arroz con tomate				Judías verdes rehogadas				Brócoli salteado							
Palometa en salsa con ensalada de maíz (4)				Pollo asado con patatas naturales				Filete de pollo plancha							
Fruta				Fruta				Fruta							
KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP
722	43	36	52	765	33,2	58,2	50,6	575	29,1	44,7	44,2	754	38,4	84,5	23,6

Todos los menús están elaborados con aceite de oliva virgen extra y sal yodada. Se sirve pan y agua todos los días
 La elaboración de los primeros platos es cocida y de los segundos es en hornos de conveccion.
 Todos los productos que se utilizan en este menu, son aptos para intolerantes a las legumbres.

Gluten. 1	Crustríferos. 2	Huevos. 3	Pescado. 4	Cacahuates. 5	Sofía. 6	Leche. 7	Frutos Secos cacahuate. 8	APIO. 9	Mostaza. 10	Sésamo. 11	Altramuzes. 12	Moluscos. 13	Dios. Azufre y sulfites. 14

TELF/FAX 925.353.767 Autov. Madrid-Toledo Km 63.200 Olías del Rey Toledo

