

MENU APTO PARA INTOLERANTES AL HUEVO Y LACTOSA



JUMELA ROMERO S.L.

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

DICIEMBRE 2016																			
								JUEVES 1				VIERNES 2							
								Sopa de fideos Cocido completo Fruta				Judías verdes rehogadas Palometa en salsa con ensalada de zanahoria (4) Fruta							
								KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP				
								627	27	59,2	41,4	780	41,2	39,2	58,6				
LUNES 5				MIÉRCOLES 7				VIERNES 9											
Arroz con tomate Palometa en salsa con ensalada de zanahoria (4) Fruta				Judías blancas estofadas Cinta de lomo con ensalada de remolacha Fruta				Crema de verduras (ace,pue,zan,esp) Filete de Tilapia con ensalada de remolacha (4) Fruta											
KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP								
683	32,4	53,5	48,6	608	21,8	57,2	47,4	515	25,7	34,5	40,3								
LUNES 12				MARTES 13				MIÉRCOLES 14				JUEVES 15				VIERNES 16			
Macarrones con tomate (1) Palometa en salsa con ensalada de maíz (4) Fruta				Judías verdes rehogadas Pollo asado con patatas naturales Fruta				Sopa de fideos Cocido completo Fruta				Arroz con tomate Filete de pollo con ensalada de maíz Fruta				Lentejas con verduras Bengado en salsa con ensalada de zanahoria (4) Fruta			
KCAL	PROT	CARBH	LIP	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	627	27	59,2	41,4	592	24,7	61,4	40,6	701	22,4	71	61
LUNES 19				MARTES 20				MIÉRCOLES 21				JUEVES 22							
Espaguetis a la boloñesa(ternera picada)(1) Merluza en salsa con ensalada de maíz (4) Fruta				Guisantes rehogados Filete de pollo con ensalada de zanahorias Fruta				Lentejas con arroz Palometa en salsa con ensalada de zanahoria (4) Fruta				Entrenses frios y calientes Cinta de lomo con ensalada de maíz Dulces navideños (1)							
KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP				
760	38,3	99,7	33,9	517	26,5	33,8	35,8	792	32	72	62	779	50,5	34,9	47				

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 de este menu, son aptos para intolerant actosa y huevo

Gluten. 1	Cruasáceos. 2	Huevos. 3	Pescado. 4	Cacahuates. 5	Soja. 6	Leche. 7	Frutos Secos cacahuta. 8	Apio. 9	Mostaza. 10	Sésamo. 11	Altramuzes. 12	Moluscos. 13	Diox. Azufre y sulfites. 14

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

