

MENU PARA INTOLERANTES A EL PESCADO



JUMELA ROMERO S.L.

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

DICIEMBRE 2016																							
								JUEVES 1				VIERNES 2											
								Sopa de fideos (1.7) Pan de cido completo (gar,pat,zan,jud,rep,ter,cho) (7) Fruta								Judías verdes rehogadas Tortilla francesa (1 huevos) con ensalada de zanahoria Fruta							
								KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP
LUNES 5 Arroz con tomate Cinta de lomo con ensalada de zanahorias Fruta								MIÉRCOLES 7 Judías blancas a la riojana(pat,zan,cho) (7) Calope de jamón con ensalada de remolacha (1) Fruta				VIERNES 9 Crema de verduras (ace,pue,zan,esp) Tortilla española(1h) y ensalada de remolacha Fruta											
KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP								
572	24,2	53,7	39	977	52	57,2	68,1	663	48	38,5	24,3												
LUNES 12 Macarrones con tomate (1) Filete de pollo con ensalada de maiz Fruta								MARTES 13 Judías verdes rehogadas Pollo asado con patatas naturales Fruta				MIÉRCOLES 14 Sopa de fideos (1.7) Pan de cido completo (gar,pat,zan,jud,rep,ter,cho) (7) Fruta				JUEVES 15 Arroz con tomate Tortilla francesa(1h) con ensalada de maiz(3) Fruta				VIERNES 16 Lentejas castellanas (pat,zan,cho) (7) Calope de jamón con ensalada de zanahoria (1) Fruta			
KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP								
631	35,3	43,9	44	765	33,2	58,2	50,6	984	33,5	112	41,6	754	38,4	84,5	23,6	889	50,6	38,1	62,6				
LUNES 19 Espaguetis a la boloñesa(ternera picada)(1) Filete de pollo con ensalada de maiz Fruta								MARTES 20 Guisantes rehogados Elevos Moll (1h) con ensalada de zanahorias (1.3) Fruta				MIÉRCOLES 21 Lentejas con arroz Calope de jamón con ensalada de zanahoria (1) Fruta				JUEVES 22 Entreneses frios y calientes(1.7) Cinta de lomo con ensalada de maiz (7) Dulces navideños (1)							
KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP								
741	24,6	88,6	50,9	749	46,5	39,9	53,4	901	41,4	70,9	66	785	51,5	35,9	47								

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

Gluten. 1	Crustáceos. 2	Huevos. 3	Pescado. 4	Cacahuetes. 5	Soja. 6	Leche. 7	Frutos Secos cascara. 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 Olías del Rey Toledo

