UNIVERSITAT JAUME I

1/03/2024

Comertel
alimentación colectiva

MÉNÚS RÁPIDOS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				PLATOS COMBINADOS Pollo asado con patatas y ensalada de temporada Pescado fresco, verduras y patata al horno Garbanzos, lentejas, arroz, col, aguacate, pimiento, Cherry y huevo duro ***ENSALADAS*** Iceberg, tomtate, surimi, cebola frita, queso rallado y olivas Campestre, remolacha, tomate, aceituna y picatostes Ensalada de patatas, champiñones y jamón ***BOCADILLOS Y COCAS*** Boc. salchichón Boc. Vegetal de atún Coca de tomate o espinacas

UNIVERSITAT JAUME I

Del 11 al 15/03/2024

Comertel
alimentación colectiva

MÉNÚS RÁPIDOS

DILLUNS

PLATOS COMBINADOS

Pechuga de pollo, salteado de verduras y patata asada

Calamar, huevo poché, patata panadera y ensalada cherry

Garbanzos, lentejas, arroz, col, aguacate, pimiento, Cherry y huevo duro

ENSALADAS

Iceberg, tomate, surimi, cebolla, queso y olivas

Ensalada trigo tierno y tomate marinado al romero

Ensalada de brócoli y pollo con hummus de remolacha

BOCADILLOS Y COCAS

Boc. de jamón york

Boc. de tortilla francesa

Coca de tomate o espinacas

DIMARTS

PLATOS COMBINADOS

Pechuga de pollo, salteado de verduras y patata asada

Calamar, huevo poché, patata panadera y ensalada cherry

Garbanzos, lentejas, arroz, col, aguacate, pimiento, Cherry y huevo duro

ENSALADAS

Campestre, Cherry, aceituna, maíz, atún y apio

Ensalada de patatas, champiñones y jamón

Ensalada de garbanzos con Tzasiki

BOCADILLOS Y COCAS

Boc. Tortilla jamón serrano

Boc. Atún con olivas

Coca de tomate o espinacas

DIMECRES

PLATOS COMBINADOS

Pechuga de pollo, salteado de verduras y patata asada

Calamar, huevo poché, patata panadera y ensalada cherry

Garbanzos, lentejas, arroz, col, aguacate, pimiento, Cherry y huevo duro

ENSALADAS

Iceberg, tomate, aceituna,maíz y cebolla

Ensaladilla rusa

Ensalada de quinoa, remolacha y queso fresco

BOCADILLOS Y COCAS

Boc. Pollo a la plancha

Boc. Tortilla de cebolla

Coca de tomate o espinacas

DIJOUS

PLATOS COMBINADOS

Pechuga de pollo, salteado de verduras y patata asada

Calamar, huevo poché, patata panadera y ensalada cherry

Garbanzos, lentejas, arroz, col, aguacate, pimiento, Cherry y huevo duro

ENSALADAS

Campestre, remolacha, tomate, aceituna y picatostes

Iceberg, Cherry, huevo, pepinillo y pimiento

Ensalada de pasta con manzana, pasas, queso fresco y salsa miel y mostaza

BOCADILLOS Y COCAS

Boc. De longanizas

Boc. De queso

Coca de tomate o espinacas

DIVENDRES

PLATOS COMBINADOS

Pechuga de pollo, salteado de verduras y patata asada

Calamar, huevo poché, patata panadera y ensalada cherry

Garbanzos, lentejas, arroz, col, aguacate, pimiento, Cherry y huevo duro

ENSALADAS

Iceberg, tomate, zanahoria, aceituna, cebolla y maiz

Tabouleh con pasas y queso fresco

Ensalada empedrado de alubias blancas

BOCADILLOS Y COCAS

Boc. chorizo

Boc. vegetal

Coca de tomate o espinacas

UNIVERSITAT JAUME I

Del 18 al 22/03/2024

Comertel
alimentación colectiva

MÉNÚS RÁPIDOS

DILLUNS

PLATOS COMBINADOS

Bistec de ternera, patatas fritas y ensalada

Pescado de temporada, arroz y ensalada.

Garbanzos, lentejas, arroz, col, aguacate, pimiento, Cherry y huevo duro

ENSALADAS

Iceberg, tomate, surimi, cebolla, queso y olivas

Ensalada trigo tierno y tomate marinado al romero

Ensalada de brócoli y pollo con hummus de remolacha

BOCADILLOS Y COCAS

Boc. de jamón york y queso crema

Boc. de queso fresco y tomate

Coca de tomate o espinacas

DIMARTS

DIMECRES

PLATOS COMBINADOS

Bistec de ternera, patatas fritas y ensalada

Pescado de temporada, arroz y ensalada.

Garbanzos, lentejas, arroz, col, aguacate, pimiento, Cherry y huevo duro

ENSALADAS

Iceberg, tomate, aceituna,maíz y cebolla

Ensaladilla rusa

Ensalada de quinoa, remolacha y queso fresco

BOCADILLOS Y COCAS

Boc. Bacon y queso

Boc. Vegetal de huevo

Coca de tomate o espinacas

DIJOUS

PLATOS COMBINADOS

Bistec de ternera, patatas fritas y ensalada

Pescado de temporada, arroz y ensalada.

Garbanzos, lentejas, arroz, col, aguacate, pimiento, Cherry y huevo duro

ENSALADAS

Campestre, remolacha, tomate, aceituna y picatostes

Iceberg, Cherry, huevo, pepinillo y pimiento

Ensalada de pasta con manzana, pasas, queso fresco y salsa miel y mostaza

BOCADILLOS Y COCAS

Boc. Sobrasada y queso

Boc. Tortilla de atún

Coca de tomate o espinacas

DIVENDRES

PLATOS COMBINADOS

Bistec de ternera, patatas fritas y ensalada

Pescado de temporada, arroz y ensalada.

Garbanzos, lentejas, arroz, col, aguacate, pimiento, Cherry y huevo duro

ENSALADAS

Iceberg, tomate, zanahoria, aceituna, cebolla y maiz

Tabouleh con pasas y queso fresco

Ensalada empedrado de alubias blancas

BOCADILLOS Y COCAS

Boc. salchichón

Boc. Vegetal de atún

Coca de tomate o espinacas

TÈCNICA SUPERIOR EN DIETÈTICA I NUTRICIÓ I EXPERTA EN ALIMENTACIÓ COL·LECTIVA: ESTEFANÍA Gª CASTRILLÓN

UNIVERSITAT JAUME I

Del 25 al 27/03/2024

Comertel
alimentación colectiva

MÉNÚS RÁPIDOS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
PLATOS COMBINADOS	***PLATOS COMBINADOS***	***PLATOS COMBINADOS***		
Pechuga de pavo, arroz, berenjena y ensalada	Pechuga de pavo, arroz, berenjena y ensalada	Pechuga de pavo, arroz, berenjena y ensalada		
Salmón, pisto y arroz	Salmón, pisto y arroz	Salmón, pisto y arroz		
Garbanzos, lentejas, arroz, col, aguacate, pimiento, Cherry y huevo duro	Garbanzos, lentejas, arroz, col, aguacate, pimiento, Cherry y huevo duro	Garbanzos, lentejas, arroz, col, aguacate, pimiento, Cherry y huevo duro		
ENSALADAS	***ENSALADAS***	***ENSALADAS***		
Iceberg, tomate, surimi, cebolla, queso y olivas	Campestre, Cherry, aceituna, maíz, atún y apio	Iceberg, tomate, aceituna,maíz y cebolla		
Ensalada trigo tierno y tomate marinado al romero	Ensalada de patatas, champiñones y jamón	Ensaladilla rusa		
Ensalada de brócoli y pollo con hummus de remolacha	Ensalada de garbanzos con Tzasiki	Ensalada de quinoa, remolacha y queso fresco		
BOCADILLOS Y COCAS	***BOCADILLOS Y COCAS***	***BOCADILLOS Y COCAS***		
Boc. de jamón york	Boc. Tortilla jamón serrano	Boc. Pollo a la plancha		
Boc. de tortilla francesa	Boc. Atún con olivas	Boc. Tortilla de cebolla		
Coca de tomate o espinacas	Coca de tomate o espinacas	Coca de tomate o espinacas		