Blanco MENÚ SIN GLUTEN: SE EMPLEA PAS		MENÚS PARA ALERGIAS E INTOLERANCIAS 10.OCTUBRE								
		STA SIN GLUTEN, MAIZENA Y PAN RALLADO S/G EN REBOZADOS			MENÚ SIN HUEVO: SE EMPLEA PASTA SIN HUEVO. LOS REBOZADOS SE HACEN SIN HUEVO					
LUNES	MARTES			VIERNES	LUNES		MIERCOLES		VIERNES	
COCINA TRADICIONAL	MARTE	GARBANZOS C/VERDURAS TORTILLA DE PATATAS C/ ENSALADA FRUTA	2 PATATAS C/VERDURAS POLLO PLANCHA C/ENSALADA YOGUR		COCINA	MACLEO	LENTEJAS CON CHORIZO TERNERA SALSA C/ ENSALADA FRUTA	PATATAS C/VERDURAS POLLO PLANCHA C/ENSALADA		
SINCOCINADOS 6 JUDÍAS VERDES REHOGADAS CINTA DE LOMO C/ PATATAS FRUTA 13 NO LECTIVO	7 CODITOS A LA NAPOLITANA BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA 14 ARROZ CON TOMATE ALBONDIGAS DE POLLO EN SALSA CON VERDURAS FRUTA 21	MENÚ SOSTENIBLE 8 PURÉ DE VERDURAS ECO TORTILLA DE BONITO C/ HUEVO CAMPERO Y ENSALADA FRUTA 15 MACARRONES C/ TOMATE MERLUZA EN SALSA C/VERDURAS FRUTA	9 PATATAS CHORICERAS BACALAO C/TOMATE YOGUR 16 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	FRUTA DÍA DE LA HISPANIDAD 10 FRÍJOLES NEGROS C/ ARROZ INT. POLLO A LA CUBANA C/ CHAMPIÑÓN FRUTA 17 MENESTRA REHOGADA C/JAMÓN TORTILLA DE PIMIENTOS C/ENSALADA YOGUR 24	SIN PRECOCINADOS 6 JUDIAS VERDES REHOGADAS CINTA DE LOMO C/ PATATAS FRUTA 13 NO LECTIVO	CODITOS A LA NAPOLITANA BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA		PATATAS CHORICERAS BACALAO C/TOMATE YOGUR 16 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	-	
JUDÍAS BLANCAS C/ VERDURAS LIMANDA ANDALUZA C/ ENSALADA FRUTA	ESPIRALES A LA ITALIANA TORTILLA DE PATATAS C/ ENSALADA FRUTA	PATATAS CARNICERAS RAPE C/ VERDURAS FRUTA	CREMA DE PUERROS POLLO ASADO C/PATATAS. FRUTA.	ARROZ / VERDURAS JAMÓN BRASEADO CON ENDALADA YOGUR	LENTEJAS HORTELANAS LIMANDA ANDALUZA C/ ENSALADA FRUTA	ESPIRALES A LA ITALIANA LOMO SALSA FRUTA	PATATAS CARNICERAS RAPE C/ VERDURAS FRUTA	CREMA DE PUERROS POLLO ASADO C/PATATAS. FRUTA.	ARROZ / VERDURAS JAMÓN BRASEADO CON ENDALADA YOGUR	
BROCOLI REHOGADO ABADEJO A LA ANDALUZA C/PATATA FRUTA	28 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	29 MACARRONES CON TOMATE RAGOUT DE POLLO C/ VERDURAS FRUTA	JUDÍAS BLANCAS C/ VERDURAS TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA FRUTA	31 PATATAS C/CALAMAR CROQUETAS DE JAMÓN C/ENSALADA YOGUR	27 BROCOLI REHOGADO ABADEJO A LA ANDALUZA C/PATATA FRUTA	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	29 MACARRONES CON TOMATE RAGOUT DE POLLO C/ VERDURAS FRUTA	JUDÍAS BLANCAS C/ VERDURAS TERNERA EN SALSA FRUTA	94 PATATAS C/CALAMAR CROQUETAS DE JAMÓN C/ENSALADA YOGUR	
MENÚ SIN	LACTOSA: SE COCINA C/LE	CHE S/LACTOSA, PROT. LEC	HE: SE SUSTITUYE POR BEBI	DA 801A			MENÚ SIN CERDO			
							MENU SIN CERDO			
LUNES	MARTES	MIERCOLES		VIERNES	LUNES	MARTES	MENU SIN CERDO MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	
COCINA TRADICIONAL SIN PRECOCINADOS	MARTES	MIERCOLES 1 LENTEJAS CASERAS TORTILLA DE PATATAS C/ ENSALADA FRUTA	JUEVES	VIERNES MENÚ GASTRONÓMICO 3 FABADA ASTURIANA	COCINA TRADICIONAL SIN PRECOCINADOS	MARTES			VIERNES MENÚ GASTRONÓMICO 3 JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS RAPE A LA ASTURIANA FRUTA	
COCINA	MARTES 7 CODITOS A LA NAPOLITANA BOQUERONES A LA ANDALUZA C'ENSALADA FRUTA SL O SOJA	LENTEJAS CASERAS TORTILLA DE PATATAS C/ ENSALADA FRUTA MENÚ SOSTENIBLE 8	JUEVES 2 PATATAS C/VERDURAS POLLO PLANCHA C/ENSALADA YOGUR SL O SOJA	VIERNES MENÚ GASTRONÓMICO 3 FABADA ASTURIANA RAPE A LA ASTURIANA	COCINA TRADICIONAL SIN PRECOCINADOS	7	MIERCOLES 1 LENTEJAS HORTELANA TORTILLA DE PATATAS C/ ENSALADA FRUTA MENÚ SOSTENIBLE 8	2 PATATAS C/VERDURAS POLLO PLANCHA C/ENSALADA YOGUR 9	MENÚ GASTRONÓMICO 3 JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS RAPE A LA ASTURIANA	
COCINA TRADICIONAL SIN PRECOCINADOS 6 JUDÍAS VERDES REHOGADAS CINTA DE LOMO C/ PATATAS	7 CODITOS A LA NAPOLITANA BOQUERONES A LA ANDALUZA C'ENSALADA FRUTA SL O SOJA	LENTEJAS CASERAS TORTILLA DE PATATAS C'ENSALADA FRUTA MENÚ SOSTENIBLE 8 PURÉ DE VERDURAS ECO TORTILLA DE BONITO C' HUEVO CAMPERO Y ENSALADA FRUTA SL O SOJA	JUEVES 2 PATATAS C/VERDURAS POLLO PLANCHA C/ENSALADA YOGUR SL O SOJA 9 PATATAS CHORICERAS BACALAO C/TOMATE YOGUR SL O SOJA 16	VIERNES MENÚ GASTRONÓMICO 3 FABADA ASTURIANA RAPE A LA ASTURIANA FRUTA DÍA DE LA HISPANIDAD 10 FRÍJOLES NEGROS C' ARROZ INT. POLLO A LA CUBANA C' CHAMPIÑÓN	COCINA TRADICIONAL PRECOCINADOS SIN PRECOCINADOS 6 JUDÍAS VERDES REHOGADAS RAGOUT DE POLLO EN SALSA C/PATATAS FRUTA	7 CODITOS A LA NAPOLITANA BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	MIERCOLES 1 LENTEJAS HORTELANA TORTILLA DE PATATAS C ENSALADA FRUTA MENÚ SOSTENIBLE 8 PURÉ DE VERDURAS ECO TORTILLA DE BONITO C' HUEVO CAMPERO Y ENSALADA	2 PATATAS C/VERDURAS POLLO PLANCHA C/ENSALADA YOGUR 9 PATATAS CON VERDURAS BACALAO C/TOMATE YOGUR	MENÚ GASTRONÓMICO 3 JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS RAPE A LA ASTURIANA FRUTA DÍA DE LA HISPANIDAD 10 FRÍJOLES NEGROS C/ ARROZ INT. POLLO A LA CUBANA C/ CHAMPINIÓN FRUTA	
COCINA TRADICIONAL SIN PRECOCINADOS 6 JUDÍAS VERDES REHOGADAS CINTA DE LOMO C/ PATATAS FRUTA SL OSOJA	7 CODITOS A LA NAPOLITANA BOQUERONES A LA ANDALUZA C'ENSALADA FRUTA SL O SOJA 14 ARROZ CON TOMATE ALBONDIGAS DE POLLO EN SALSA CON VERDURAS	LENTEJAS CASERAS TORTILLA DE PATATAS C/ ENSALADA FRUTA MENÚ SOSTENIBLE 8 PURÉ DE VERDURAS ECO TORTILLA DE BONITO C/ HUEVO CAMPERO Y ENSALADA FRUTA SL O SOJA MACARRONES INT. C/ TOMATE MERLUZA EN SALSA C/VERDURAS FRUTA SL O SOJA	JUEVES 2 PATATAS CIVERDURAS POLLO PLANCHA CIENSALADA YOGUR SL O SOJA 9 PATATAS CHORICERAS BACALAO CITOMATE YOGUR SL O SOJA 16 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	VIERNES MENÚ GASTRONÓMICO 3 FABADA ASTURIANA RAPE A LA ASTURIANA FRUTA DÍA DE LA HISPANIDAD 10 FRÍJOLES NEGROS C/ ARROZ INT. POLLO A LA CUBANA C/ CHAMPIRIÓN FRUTA 17 MENESTRA REHOGADA C/JAMÓN TORTILLA DE PATATAS C/CRNALADA	COCINA TRADICIONAL SIN PRECOCINADOS 6 JUDÍAS VERDES REHOGADAS RAGOUT DE POLLO EN SALSA C/ PATATAS FRUTA 13	7 CODITOS A LA NAPOLITANA BOQUERONES A LA ANDALUZA C'ENSALADA FRUTA 14 ARROZ CON TOMATE ALBONDIGAS DE POLLO EN SALSA CON VERDURAS	MIERCOLES 1 LENTEJAS HORTELANA TORTILLA DE PATATAS C FISALADA FRUTA MENÚ SOSTENIBLE 8 PURÉ DE VERDURAS ECO TORTILLA DE BONITO C' HUEVO CAMPERO Y ENSALADA FRUTA 15 MACARRONES INT. C' TOMATE MERLUZA EN SALSA C VERDURAS	PATATAS C/VERDURAS POLLO PLANCHA C/ENSALADA YOGUR 9 PATATAS CON VERDURAS BACALAO C/TOMATE YOGUR 16 SOPA DE COCIDO POLLO COCIDO POLLO	MENÚ GASTRONÓMICO 3 JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS RAPE A LA ASTURIANA FRUTA DÍA DE LA HISPANIDAD 10 FRÍJOLES NEGROS C/ ARROZ INT POLLO A LA CUBANA C/ CHAMPINÔN FRUTA 17 MENESTRA REHOGADA TORTILLA DE PATATAS C/ENSALADA	

Para consultas sobre alérgenos, podrán ponerse en contacto con el departamento de nutrición en el teléfono 607 524 915 o en el email: nutricion@comedoresblanco.es
Este menú ha sido revisado por Tamara Cobo (№ colegiada MAD00088) Diplomadas/Graduadas en Nutrición Humana y Dietética.
Debido a la situación actual del mercado, este menú está sujeto a cambios, tratando de respetar la familia de procedencia. To dos los menús van acompañados de pan y agua.

Blanco	MENÚS P	ARA ALERGIAS E IN	ITOLERANCIAS 10. C	CTUBRE
Diano	MENÚ SIN LEGUMBRES	: INCLUIDO JUDÍAS VERDE	ES, GUISANTES Y SOJA	
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
		1	2	MENÚ GASTRONÓMICO 3
COCINA TRADICIONAL SIN PRECOCINADOS		SOPA DE MENUDILLOS TORTILLA DE PATATAS C/ ENSALADA FRUTA	PATATAS C/VERDURAS POLLO PLANCHA C/ENSALADA YOGUR	ARROZ CON VERDURAS RAPE A LA ASTURIANA FRUTA
6	7	MENÚ SOSTENIBLE 8	9	DÍA DE LA HISPANIDAD 10
CREMA DE CALABAZA CINTA DE LOMO C/ PATATAS FRUTA	CODITOS A LA NAPOLITANA BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	PURÉ DE VERDURAS ECO TORTILLA DE BONITO C/ HUEVO CAMPERO Y ENSALADA FRUTA	PATATAS CHORICERAS BACALAO C/TOMATE YOGUR	SOPA DE AVE POLLO A LA CUBANA C/ CHAMPIÑÓN FRUTA
13	14	15	16	17
NO LECTIVO	ARROZ CON TOMATE ALBONDIGAS EN SALSA CON VERDURAS FRUTA	MACARRONES C/TOMATE MERLUZA EN SALSA C/VERDURAS FRUTA	SOPA DE AVE ESTOFADO POLLO TERNERA FRUTA	MENESTRA REHOGADA C/JAMÓN TORTILLA DE PATATAS C/ENSALADA YOGUR
20	21	22	23	24
SOPA MENUDILLOS LIMANDA ANDALUZA C/ ENSALADA FRUTA	ESPIRALES A LA ITALIANA TORTILLA DE CALABACÍN C/ ENSALADA FRUTA	PATATAS CARNICERAS RAPE C/ VERDURAS FRUTA	CREMA DE PUERROS POLLO ASADO C/PATATAS. FRUTA.	ARROZ / VERDURAS JAMÓN BRASEADO CON ENDALADA YOGUR
27	28	29	30	31
BROCOLI REHOGADO ABADEJO A LA ANDALUZA C/PATATA FRUTA	SOPA DE AVE ESTOFADO POLLO TERNERA FRUTA	MACARRONES CON TOMATE RAGOUT DE POLLO C/ VERDURAS FRUTA	ARROZ C/ VERDURAS TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA FRUTA	PATATAS C/CALAMAR CROQUETAS DE JAMÓN C/ENSALADA YOGUR
MENÚ	SIN PESCADO NI MARISCO	D: EN ALERGIA SOLO A MA	RISCO NO SE RETIRA PESO	CADO
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
COCINA TRADICIONAL SIN PRECOCINADOS		1 LENTEJAS CON CHORIZO TORTILLA DE PATATAS C/ ENSALADA FRUTA	2 PATATAS C/VERDURAS POLLO PLANCHA C/ENSALADA YOGUR	MENÚ GASTRONÓMICO 3 FABADA ASTURIANA LACON A LA PLANCHA FRUTA
6	7	MENÚ SOSTENIBLE 8	9	DÍA DE LA HISPANIDAD 10
JUDÍAS VERDES REHOGADAS CINTA DE LOMO C/ PATATAS FRUTA	CODITOS A LA NAPOLITANA TERNERA SALSA FRUTA	PURÉ DE VERDURAS ECO TORTILLA PATATA C/HUEVO CAMP ENSALADA FRUTA	PATATAS CHORICERAS HAMBURGUESA DE TERNERA CON VERDURAS YOGUR	FRÍJOLES NEGROS C/ ARROZ INT. POLLO A LA CUBANA C/ CHAMPIÑÓN FRUTA
13	14	15	16	17
NO LECTIVO	ARROZ CON TOMATE ALBONDIGAS DE POLLO EN SALSA CON VERDURAS FRUTA	MACARRONES INT. C/TOMATE LOMO SALSA C/VERDURAS FRUTA	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	MENESTRA REHOGADA C/JAMÓN TORTILLA DE PATATAS C/ENSALADA YOGUR SL O SOJA
20	21	22	23	24
LENTEJAS HORTELANAS POLLO PLANCHA C/ ENSALADA FRUTA	ESPIRALES A LA ITALIANA TORTILLA DE CALABACÍN C/ ENSALADA FRUTA SL O SOJA	PATATAS CARNICERAS HAMBURGUESA DE TERNERA C/ VERDURAS FRUTA	CREMA DE PUERROS POLLO ASADO C/PATATAS FRUTA.	ARROZ / VERDURAS JAMÓN BRASEADO CON ENDALADA YOGUR
27	28	29	30	31
BROCOLI REHOGADO LOMO EN SALSA	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO	MACARRONES CON TOMATE RAGOUT DE POLLO	JUDÍAS BLANCAS C/ VERDURAS TORTILLA ESPAÑOLA	PATATAS C/VERDURAS CROQUETAS DE JAMÓN

Para consultas sobre alérgenos, podrán ponerse en contacto con el departamento de nutrición en el teléfono 607 524 915 o en el email: nutricion@comedoresblanco.es Este menú ha sido revisado por Tamara Cobo (Nº colegiada MAD00088), Diplomadas/Graduadas en Nutrición Humana y Dietética.