

MENÚS PARA ALERGIAS E INTOLERANCIAS 12.DICIEMBRE

MENÚ SIN GLUTEN: SE EMPLEA PASTA 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	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 JUDÍAS VERDES CON TOMATE LACÓN A LA GALLEGA C/PATATAS FRUTA	2 PAELLA DE VERDURAS MERLUZA A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	3 ESTOFADO DE GARBANZOS ALBONDIGAS DE POLLO C/ VERDURAS FRUTA	4 MACARRONES C/CHORIZO TORTILLA PATATA C/ ENSALADA YOGUR	5 JUDÍAS BLANCAS ESTOFADAS RAPE EN SALSA CON VERDURAS FRUTA	1 JUDÍAS VERDES CON TOMATE LACÓN A LA GALLEGA C/PATATAS FRUTA	2 PAELLA DE VERDURAS MERLUZA A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	3 ESTOFADO DE GARBANZOS ALBONDIGAS DE POLLO C/ VERDURAS FRUTA	4 MACARRONES C/CHORIZO HAMBURGUESA DE TERNERA C/ ENSALADA YOGUR	5 LENTEJAS ESTOFADAS RAPE EN SALSA CON VERDURAS FRUTA
8 FESTIVO	9 MENÚ SOSTENIBLE PURÉ DE VERDURAS ECO CTA DE LOMO C/PATATAS FRUTA	10 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	11 PATATAS C/COSTILLAS TORTILLA PATATA C/ ENSALADA YOGUR	12 JUDÍAS PINTAS C/ARROZ INT. BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ ENSALADA FRUTA	8 FESTIVO	9 MENÚ SOSTENIBLE PURÉ DE VERDURAS ECO CTA DE LOMO C/PATATAS FRUTA	10 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	11 PATATAS C/COSTILLAS RAGOUT DE POLLO C/ ZANAHORIA Y CHAMP. ENSALADA YOGUR	12 JUDÍAS PINTAS C/ARROZ INT. BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ ENSALADA FRUTA
15 MENESTRA REHOGADA JAMÓN BRASEADO C/ PATATAS FRUTA	16 J. BLANCAS C/VERDURAS ABADEJO ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	17 ARROZ CON VERDURAS TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA FRUTA	18 GARBANZOS CASEROS VENTRESCA DE MERLUZA EN SALSA C/ VERDURAS FRUTA	19 ESPIRALES C/TOMATE NUGGETS CASEROS DE POLLO C/PATATAS NATILLAS	15 MENESTRA REHOGADA JAMÓN BRASEADO C/ PATATAS FRUTA	16 J. BLANCAS C/VERDURAS ABADEJO ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	17 ARROZ CON VERDURAS FTE. DE POLLO PLANCHA C/ENSALADA FRUTA	18 LENTEJAS CASEROS VENTRESCA DE MERLUZA EN SALSA C/ VERDURAS FRUTA	19 ESPIRALES C/TOMATE NUGGETS CASEROS DE POLLO C/PATATAS NATILLAS
22 VACACIONES	23 VACACIONES	24 VACACIONES	25 VACACIONES	26  COCINA TRADICIONAL  SIN PRECOCINADOS	22 VACACIONES	23 VACACIONES	24 VACACIONES	25 VACACIONES	26  COCINA TRADICIONAL  SIN PRECOCINADOS
MENÚ SIN LACTOSA: SE COCINA C/LECHE S/LACTOSA, PROT. LECHE: SE SUSTITUYE POR BEBIDA SOJA					MENÚ SIN CERDO				
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 JUDÍAS VERDES CON TOMATE LACÓN A LA GALLEGA C/PATATAS FRUTA	2 PAELLA DE VERDURAS MERLUZA A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	3 ESTOFADO DE GARBANZOS ALBONDIGAS DE POLLO C/ VERDURAS FRUTA	4 MACARRONES INT. C/CHORIZO TORTILLA PATATA C/ ENSALADA YOGUR SL O SOJA	5 LENTEJAS ESTOFADAS RAPE EN SALSA CON VERDURAS FRUTA	1 JUDÍAS VERDES CON TOMATE FTE POLLO PLANCHA C/PATATAS FRUTA	2 PAELLA DE VERDURAS MERLUZA A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	3 ESTOFADO DE GARBANZOS ALBONDIGAS DE POLLO C/ VERDURAS FRUTA	4 MACARRONES INT. C/TOMATE TORTILLAPATATA C/ ENSALADA YOGUR	5 LENTEJAS ESTOFADAS RAPE EN SALSA CON VERDURAS FRUTA
8 FESTIVO	9 MENÚ SOSTENIBLE PURÉ DE VERDURAS ECO CTA DE LOMO C/PATATAS FRUTA	10 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	11 PATATAS C/COSTILLAS TORTILLA PATATA C/ ENSALADA YOGUR SL O SOJA	12 JUDÍAS PINTAS C/ARROZ INT. BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ ENSALADA FRUTA	8 FESTIVO	9 MENÚ SOSTENIBLE PURÉ DE VERDURAS ECO HAMBURGUESA DE TERNERA C/PATATAS FRUTA	10 SOPA DE COCIDO POLLO COCIDO DE POLLO FRUTA	11 PATATAS C/VERDURAS TORTILLA PATATA C/ ENSALADA YOGUR	12 JUDÍAS PINTAS C/ARROZ INT. BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ ENSALADA FRUTA
15 MENESTRA REHOGADA JAMÓN BRASEADO C/ PATATAS FRUTA	16 J. BLANCAS C/VERDURAS ABADEJO ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	17 ARROZ CON VERDURAS TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA FRUTA	18 LENTEJAS CASERAS VENTRESCA DE MERLUZA EN SALSA C/ VERDURAS FRUTA	19 ESPIRALES C/TOMATE NUGGETS CASEROS DE POLLO C/PATATAS YOGUR SL O SOJA	15 MENESTRA REHOGADA RAGOUT DE POLLO AL AJILLO C/PATATAS C/ PATATAS FRUTA	16 J. BLANCAS C/VERDURAS ABADEJO ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	17 ARROZ CON VERDURAS TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA FRUTA	18 LENTJAS C/VERDURAS VENTRESCA DE MERLUZA EN SALSA C/ VERDURAS FRUTA	19 ESPIRALES C/TOMATE NUGGETS CASEROS DE POLLO C/PATATAS NATILLAS
22 VACACIONES	23 VACACIONES	24 VACACIONES	25 VACACIONES	26  COCINA TRADICIONAL  SIN PRECOCINADOS	22 VACACIONES	23 VACACIONES	24 VACACIONES	25 VACACIONES	26  COCINA TRADICIONAL  SIN PRECOCINADOS

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.
 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.

MENÚS PARA ALERGIAS E INTOLERANCIAS 10. OCTUBRE

MENÚ SIN LEGUMBRES: INCLUIDO JUDÍAS VERDES, GUISANTES Y SOJA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 CREMA CALABACÍN LACÓN A LA GALLEGA C/PATATAS FRUTA	2 PAELLA DE VERDURAS MERLUZA A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	3 SOPA DE MENUDILLOS ALBONDIGAS TERNERA C/ VERDURAS FRUTA	4 MACARRONES C/CHORIZO TORTILLA PATATA C/ ENSALADA YOGUR	5 PATATAS HORTELANAS RAPE EN SALSA CON VERDURAS FRUTA
8 FESTIVO	9 MENÚ SOSTENIBLE PURÉ DE VERDURAS ECO CTA DE LOMO C/PATATAS FRUTA	10 SOPA DE AVE ESTOFADO POLLO TERNERA FRUTA	11 PATATAS C/COSTILLAS TORTILLA PATATA C/ ENSALADA YOGUR	12 ARROZ C/VERDURAS BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ ENSALADA FRUTA
15 CREMA DE ZANAHORIA Y PUERRO JAMÓN BRASEADO C/ PATATAS FRUTA	16 SOPA DE MENUDILLOS ABADEJO ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	17 ARROZ CON VERDURAS TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA FRUTA	18 PATATAS C/VERDURAS VENTRESCA DE MERLUZA EN SALSA C/ VERDURAS FRUTA	19 ESPIRALES C/TOMATE NUGGETS CASEROS DE POLLO C/PATATAS NATILLAS
22 VACACIONES	23 VACACIONES	24 VACACIONES	25 VACACIONES	26  COCINA TRADICIONAL  SIN PRECOCINADOS

MENÚ SIN PESCADO NI MARISCO: EN ALERGIA SOLO A MARISCO NO SE RETIRA PESCADO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 JUDÍAS VERDES CON TOMATE LACÓN A LA GALLEGA C/PATATAS FRUTA	2 PAELLA DE VERDURAS TERNERA EN SALSA ENSALADA FRUTA	3 ESTOFADO DE GARBANZOS ALBONDIGAS DE POLLO C/ VERDURAS FRUTA	4 MACARRONES INT. C/CHORIZO TORTILLA PATATA C/ ENSALADA YOGUR	5 LENTEJAS ESTOFADAS LOMO EN SALSA CON VERDURAS FRUTA
8 FESTIVO	9 MENÚ SOSTENIBLE PURÉ DE VERDURAS ECO CTA DE LOMO C/PATATAS FRUTA	10 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	11 PATATAS C/COSTILLAS TORTILLA PATATA C/ ENSALADA YOGUR	12 JUDÍAS PINTAS C/ARROZ INT. TERNERA EN SALSA C/ ENSALADA FRUTA
15 MENESTRA REHOGADA JAMÓN BRASEADO C/ PATATAS FRUTA	16 J. BLANCAS C/VERDURAS HAMBURGUESA DE TERNERA C/ENSALADA FRUTA	17 ARROZ CON VERDURAS TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA FRUTA	18 LENTJAS CASERAS LOMO EN SALSA C/ VERDURAS FRUTA	19 ESPIRALES C/TOMATE NUGGETS CASEROS DE POLLO C/PATATAS NATILLAS
22 VACACIONES	23 VACACIONES	24 VACACIONES	25 VACACIONES	26  COCINA TRADICIONAL  SIN PRECOCINADOS

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.