

MENÚS PARA ALERGIAS E INTOLERANCIAS 01.Enero

MENU SIN GLUTEN: SE EMPLEA PASTA SIN GLUTEN, MAIZENA Y PAN RALLADO S/G EN REBOZADOS					MENU SIN HUEVO: SE EMPLEA PASTA SIN HUEVO, LOS REBOZADOS SE HACEN SIN HUEVO				
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES FESTIVO 01	VIERNES	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES FESTIVO 01	VIERNES
	 COCINA TRADICIONAL  SIN PRECOCINADOS				 COCINA TRADICIONAL  SIN PRECOCINADOS				
5	FESTIVO 6		7 ARROZ CON TOMATE LOMO EN SALSA C/VERDURAS FRUTA EN ALMIBAR	8 J. PINTAS C/VERDURAS MERLUZA A LA ROMANA C/MENESTRA FRUTA	5	FESTIVO 6		7 ARROZ CON TOMATE LOMO EN SALSA C/VERDURAS FRUTA EN ALMIBAR	8 LENTEJAS CASERAS MERLUZA A LA ROMANA C/MENESTRA FRUTA
12 PURÉ DE BRÓCOLI ALBONDIGAS POLLO C/PATATAS FRUTA	13 J. BLANCAS ESTOFADAS BOQUERONES ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	14 ARROZ MILANESA TORTILLA DE ATÚN C/ENSALADA FRUTA	15 MACARR. NAPOLITANA LIMANDA EN SALSA C/VERDURAS YOGUR	16 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA	12 PURÉ DE BRÓCOLI ALBONDIGAS POLLO C/PATATAS FRUTA	13 J. BLANCAS ESTOFADAS BOQUERONES ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	14 ARROZ MILANESA TERNERA SALSA C/ENSALADA FRUTA	15 MACARR. NAPOLITANA LIMANDA EN SALSA C/VERDURAS YOGUR	16 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA
19 J. BLANCAS C/VERDURAS VENTRESCA MERLUZA SALSA FRUTA	20 CREMA ZANAHORIA Y PUERRO MAZA ASADA C/PATATAS FRUTA	21 PATATAS MARINERA FTE POLLO EN SALSA C/CHAMPIÑON FRUTA	22 J. PINTAS C/VERDURAS ABADEJO ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	23 CODITOS BOLOÑESA TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA YOGUR	19 LENTEJAS C/ARROZ INT VENTRESCA MERLUZA SALSA FRUTA	20 CREMA ZANAHORIA Y PUERRO MAZA ASADA C/PATATAS FRUTA	21 PATATAS MARINERA FTE POLLO EN SALSA C/CHAMPIÑON FRUTA	22 J. PINTAS C/VERDURAS ABADEJO ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	23 CODITOS BOLOÑESA LACON A LA PLANCHA C/ENSALADA YOGUR
26 ARROZ C/VERDURAS CROQUETAS DE JAMÓN C/ENSALADA FRUTA	27 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	28 CREMA VERDURAS ECO POLLO ASADO CAMPERO C/ PATATAS FRUTA	29 ESPIRALES C/TOMATE TORTILLA DE CALABACÍN C/ENSALADA YOGUR	30 J. BLANCAS C/CHORIZO RAPE EN SALSA C/ VERDURAS FRUTA	26 ARROZ C/VERDURAS CROQUETAS DE JAMÓN C/ENSALADA FRUTA	27 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	28 CREMA VERDURAS ECO POLLO ASADO CAMPERO C/ PATATAS FRUTA	29 ESPIRALES C/TOMATE HAMB. TERNERA C/ENSALADA YOGUR	30 J. BLANCAS C/CHORIZO RAPE EN SALSA C/ VERDURAS FRUTA
MENU SIN LACTOSA: SE COCINA C/LECHE S/LACTOSA. PROT. LECHE: SE SUSTITUYE POR BEBIDA SOJA					MENU SIN CERDO				
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES FESTIVO 01	VIERNES	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES FESTIVO 01	VIERNES
	 COCINA TRADICIONAL  SIN PRECOCINADOS				 COCINA TRADICIONAL  SIN PRECOCINADOS				
5	FESTIVO 6		7 ARROZ CON TOMATE LOMO EN SALSA C/VERDURAS FRUTA EN ALMIBAR	8 LENTEJAS CASERAS MERLUZA A LA ROMANA C/MENESTRA FRUTA	5	FESTIVO 6		7 ARROZ CON TOMATE RAG. POLLO AJILLO C/VERDURAS FRUTA EN ALMIBAR	8 LENTEJAS C/VERDURAS MERLUZA A LA ROMANA C/MENESTRA FRUTA
12 PURÉ DE BRÓCOLI ALBONDIGAS POLLO C/PATATAS FRUTA	13 J. BLANCAS ESTOFADAS BOQUERONES ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	14 ARROZ MILANESA TORTILLA DE ATÚN C/ENSALADA FRUTA	15 MACARR. INT NAPOLITANA LIMANDA EN SALSA C/VERDURAS YOGUR S/L O SOJA	16 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA	12 PURÉ BRÓCOLI ALBONDIGAS POLLO C/PATATAS FRUTA	13 J. BLANCAS ESTOFADAS BOQUERONES ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	14 ARROZ C/VERDURAS TORTILLA DE ATÚN C/ENSALADA FRUTA	15 MACARR. INT NAPOLITANA LIMANDA EN SALSA C/VERDURAS YOGUR	16 SOPA COCIDO DE POLLO COCIDO DE POLLO FRUTA
19 LENTEJAS C/ARROZ INT VENTRESCA MERLUZA SALSA FRUTA	20 CREMA ZANAHORIA Y PUERRO MAZA ASADA C/PATATAS FRUTA	21 PATATAS MARINERA FTE POLLO EN SALSA C/CHAMPIÑON FRUTA	22 J. PINTAS C/VERDURAS ABADEJO ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	23 CODITOS BOLOÑESA TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA YOGUR S/L O SOJA	19 LENTEJAS C/ARROZ INT VENTRESCA MERLUZA SALSA FRUTA	20 CREMA ZANAHORIA Y PUERRO H. TERNERA C/PATATAS FRUTA	21 PATATAS MARINERA FTE POLLO EN SALSA C/CHAMPIÑON FRUTA	22 J. PINTAS C/VERDURAS ABADEJO ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	23 CODITOS BOLOÑESA TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA YOGUR
26 ARROZ C/VERDURAS CROQUETAS JAMÓN O FTE POLLO PLANCHA C/ENSALADA FRUTA	27 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	28 CREMA VERDURAS ECO POLLO ASADO CAMPERO C/ PATATAS FRUTA	29 ESPIRALES C/TOMATE TORTILLA DE CALABACÍN C/ENSALADA YOGUR S/L O SOJA	30 J. BLANCAS C/CHORIZO RAPE EN SALSA C/ VERDURAS FRUTA	26 ARROZ C/VERDURAS CROQUETAS DE POLLO COCIDO DE POLLO FRUTA	27 SOPA COCIDO DE POLLO COCIDO DE POLLO FRUTA	28 CREMA VERDURAS ECO POLLO ASADO CAMPERO C/ PATATAS FRUTA	29 ESPIRALES C/TOMATE TORTILLA DE CALABACÍN C/ENSALADA YOGUR	30 J. BLANCAS C/VERDURA RAPE EN SALSA C/ VERDURAS FRUTA

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 colegiado **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 todos los menús van acompañados de pan y agua.

MENÚS PARA ALERGIAS E INTOLERANCIAS 01.ENERO

MENÚ SIN LEGUMBRES: INCLUIDO JUDÍAS VERDES, GUISANTES Y SOJA				
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
	 COCINA TRADICIONAL  SIN PRECOCINADOS		FESTIVO 01 	2
5	FESTIVO 6	7	8	9
PURÉ DE BRÓCOLI ALBONDIGAS TERNERA C/PATATAS FRUTA	PATATAS C/VERDURAS BOQUERONES ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	ARROZ C/VERDURAS TORTILLA DE ATÚN C/ENSALADA FRUTA	MACARR. NAPOLITANA LIMANDA EN SALSA C/VERDURAS YOGUR	SOPA DE AVE MERLUZA A LA ROMANA C/ZANAHORIA FRUTA
12	13	14	15	16
ARROZ C/VERDURAS VENTRESCA MERLUZA SALSA FRUTA	CREMA ZANAHORIA Y PUERRO MAZA ASADA C/PATATAS FRUTA	PATATAS MARINERA FTE POLLO EN SALSA C/CHAMPIÑON FRUTA	SOPA DE MENUDILLOS ABADEJO ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	CODITOS BOLOÑESA TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA YOGUR
19	20	21	22	23
ARROZ C/VERDURAS CROQUETAS DE JAMÓN C/ENSALADA FRUTA	SOPA DE AVE ESTOFADO POLLO Y TERNERA FRUTA	CREMA VERDURAS ECO POLLO ASADO CAMPERO C/PATATAS FRUTA	ESPIRALES C/TOMATE TORTILLA DE CALABACÍN C/ENSALADA YOGUR	PATATAS C/VERDURAS RAPE EN SALSA C/VERDURAS FRUTA
26	27	28	29	30
MENÚ SIN PESCADO NI MARISCO: EN ALERGIA SOLO A MARISCO NO SE RETIRA PESCADO				
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
	 COCINA TRADICIONAL  SIN PRECOCINADOS		FESTIVO 01 	2
5	FESTIVO 6	7	8	9
PURÉ DE BRÓCOLI ALBONDIGAS POLLO C/PATATAS FRUTA	J. BLANCAS ESTOFADAS LOMO EN SALSA C/ENSALADA FRUTA	ARROZ MILANESA TORTILLA DE PATATA C/ENSALADA FRUTA	MACARR. INT NAPOLITANA RAGOUT POLLO C/VERDURAS YOGUR	LENTEJAS CASERAS HAMB. TERNERA C/MENESTRA FRUTA
12	13	14	15	16
LENTEJAS C/ARROZ INT POLLO AL AJILLO FRUTA	CREMA ZANAHORIA Y PUERRO MAZA ASADA C/PATATAS FRUTA	PATATAS HORTELANAS FTE POLLO EN SALSA C/CHAMPIÑON FRUTA	J. PINTAS C/VERDURAS TERNERA SALSA C/ENSALADA FRUTA	CODITOS BOLOÑESA TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA YOGUR
19	20	21	22	23
ARROZ C/VERDURAS CROQUETAS DE JAMÓN C/ENSALADA FRUTA	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	CREMA VERDURAS ECO POLLO ASADO CAMPERO C/PATATAS FRUTA	ESPIRALES C/TOMATE TORTILLA DE CALABACÍN C/ENSALADA YOGUR	J. BLANCAS C/CHORIZO LOMO EN SALSA C/VERDURAS FRUTA
26	27	28	29	30

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.