

MENÚS PARA ALERGIAS E INTOLERANCIAS 10. OCTUBRE

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
		 COCINA TRADICIONAL  SIN PRECOCINADOS	PATATAS A LA MARINERA FTE POLLO EN SALSA C/ENSALADA YOGUR	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA			 COCINA TRADICIONAL  SIN PRECOCINADOS	PATATAS A LA MARINERA FTE POLLO EN SALSA C/ENSALADA YOGUR	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA
JUDÍAS VERDES REHOG. MAZA ASADA C/ C/PATATAS FRUTA	MACARRONES C/TOMATE ABADEJO AL HORNO C/ ENSALADA FRUTA	PAELLA DE VERDURAS HAMBURGUESA DE GUISANTES C/ENSALADA FRUTA	CREMA DE CALABAZA BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ PATATAS YOGUR	FRÍJOLES NEGROS C/CHORIZO TORTILLA DE PATATA C/ENSALADA FRUTA	JUDÍAS VERDES REHOG. MAZA ASADA C/ C/PATATAS FRUTA	MACARRONES C/TOMATE ABADEJO AL HORNO C/ ENSALADA FRUTA	PAELLA DE VERDURAS HAMBURGUESA DE GUISANTES C/ENSALADA FRUTA	CREMA DE CALABAZA BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ PATATAS YOGUR	FRÍJOLES NEGROS C/CHORIZO POLLO PLANCHA C/ENSALADA FRUTA
FESTIVO	J. BLANCAS ESTOFADAS MERLUZA EN SALSA C/ ENSALADA FRUTA	ARROZ C/TOMATE POLLO ASADO C/ ENSALADA FRUTA	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	MENESTRA REHOGADA C/ JAMON TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA YOGUR	FESTIVO	LENTEJAS ESTOFADAS MERLUZA EN SALSA C/ ENSALADA FRUTA	ARROZ C/TOMATE POLLO ASADO C/ ENSALADA FRUTA	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	MENESTRA REHOGADA C/ JAMON LOMO SALSA C/ENSALADA YOGUR
PATATAS CARNICERAS LIMANDA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	PURE DE VERDURAS ALBÓNDIGAS CASERAS C/PATATAS FRUTA	MACARRONES A LA ITALIANA TORTILLA PATATA C/ENSALADA YOGUR	ARROZ C/ VERDURAS Y POLLO ESTOFADO DE SOJA C/ VERDURAS FRUTA	FABADA ASTURIANA LIRIO A LA ASTURIANA C/ENSALADA FRUTA	PATATAS CARNICERAS LIMANDA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	PURE DE VERDURAS ALBÓNDIGAS CASERAS C/PATATAS FRUTA	MACARRONES A LA ITALIANA RAGOUT POLLO C/ENSALADA YOGUR	ARROZ C/ VERDURAS Y POLLO ESTOFADO DE SOJA C/ VERDURAS FRUTA	FABADA ASTURIANA LIRIO A LA ASTURIANA C/ENSALADA FRUTA
ARROZ C/TOMATE CROQUETAS DE JAMON C/ ENSALADA FRUTA	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	PATATAS C/CHORIZO MERLUZA EN SALSA C/ENSALADA FRUTA	PURE BROCOLI RAGOUT DE POLLO C/PATATAS YOGUR	J. PINTAS HORTELANAS TORTILLA DE CALABACÍN C/HUEVO CAMPERO Y ENSALADA FRUTA	ARROZ C/TOMATE CROQUETAS DE JAMON C/ ENSALADA FRUTA	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	PATATAS C/CHORIZO MERLUZA EN SALSA C/ENSALADA FRUTA	PURE BROCOLI RAGOUT DE POLLO C/PATATAS YOGUR	LENTEJAS ECO HORTELANAS TERNERA SALSA C/ ENSALADA FRUTA
MENÚ SIN LACTOSA: SE COCINA C/LECHE S/LACTOSA. MENÚ SIN PROT. LECHE: SE SUSTITUYE POR BEBIDA SOJA					MENÚ SIN CERDO				
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		 COCINA TRADICIONAL  SIN PRECOCINADOS	PATATAS A LA MARINERA FTE POLLO EN SALSA C/ENSALADA YOGUR SL O SOJA	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA			 COCINA TRADICIONAL  SIN PRECOCINADOS	PATATAS A LA MARINERA FTE POLLO EN SALSA C/ENSALADA YOGUR	SOPA COCIDO DE POLLO COCIDO DE POLLO FRUTA
JUDÍAS VERDES REHOG. MAZA ASADA C/PATATAS FRUTA	MACARRONES C/TOMATE ABADEJO AL HORNO C/ ENSALADA FRUTA	PAELLA DE VERDURAS HAMBURGUESA DE GUISANTES C/ENSALADA FRUTA	CREMA DE CALABAZA BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ PATATAS YOGUR SL O SOJA	FRÍJOLES NEGROS C/CHORIZO TORTILLA DE PATATA C/ENSALADA FRUTA	JUDÍAS VERDES REHOG. TERNERA EN SALSA C/PATATAS FRUTA	MACARRONES INT C/TOMATE ABADEJO AL HORNO C/ ENSALADA FRUTA	PAELLA DE VERDURAS HAMBURGUESA DE GUISANTES C/ENSALADA FRUTA	CREMA DE CALABAZA BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ PATATAS YOGUR	FRÍJOLES NEGROS C/ VERDURAS TORTILLA DE PATATA C/ENSALADA FRUTA
FESTIVO	LENTEJAS ESTOFADAS MERLUZA EN SALSA C/ ENSALADA FRUTA	ARROZ C/TOMATE POLLO ASADO C/ ENSALADA FRUTA	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	MENESTRA REHOGADA C/ JAMON TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA YOGUR SL O SOJA	FESTIVO	LENTEJAS ESTOFADAS MERLUZA EN SALSA C/ ENSALADA FRUTA	ARROZ C/TOMATE POLLO ASADO C/ ENSALADA FRUTA	SOPA COCIDO DE POLLO COCIDO DE POLLO FRUTA	MENESTRA REHOGADA TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA YOGUR
PATATAS CARNICERAS LIMANDA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	PURE DE VERDURAS ALBÓNDIGAS CASERAS C/PATATAS FRUTA	MACARRONES A LA ITALIANA TORTILLA PATATA C/ENSALADA YOGUR SL O SOJA	ARROZ C/ VERDURAS Y POLLO ESTOFADO DE SOJA C/ VERDURAS FRUTA	FABADA ASTURIANA LIRIO A LA ASTURIANA C/ENSALADA FRUTA	PATATAS ESTOFADAS LIMANDA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	PURE DE VERDURAS ALBÓNDIGAS CASERAS C/PATATAS FRUTA	MACARRONES INT A LA ITALIANA TORTILLA PATATA C/ENSALADA YOGUR	ARROZ C/ VERDURAS Y POLLO ESTOFADO DE SOJA C/ VERDURAS FRUTA	J. BLANCAS C/ VERDURAS LIRIO A LA ASTURIANA C/ENSALADA FRUTA
ARROZ C/TOMATE CROQUETAS DE JAMON o HAMB TERNERA C/ ENSALADA FRUTA	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	PATATAS C/CHORIZO MERLUZA EN SALSA C/ENSALADA FRUTA	PURE BROCOLI RAGOUT DE POLLO C/PATATAS YOGUR SL O SOJA	LENTEJAS ECO HORTELANAS TORTILLA DE CALABACÍN C/HUEVO CAMPERO Y ENSALADA FRUTA	ARROZ C/TOMATE CROQUETAS DE POLLO C/ ENSALADA FRUTA	SOPA COCIDO DE POLLO COCIDO DE POLLO FRUTA	PATATAS C/VERDURAS MERLUZA EN SALSA C/ENSALADA FRUTA	PURE BROCOLI RAGOUT DE POLLO C/PATATAS YOGUR	LENTEJAS ECO HORTELANAS TORTILLA DE CALABACÍN C/HUEVO CAMPERO Y ENSALADA 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 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
		 COCINA TRADICIONAL SIN PRECOCINADOS	¹ PATATAS A LA MARINERA FTE POLLO EN SALSA C/ENSALADA YOGUR	² SOPA DE MENUDILLOS ESTOF.POLLO Y TERNERA FRUTA
⁵ CREMA PUERRO MAZA ASADA C/ C/PATATAS FRUTA	⁶ MACARRONES C/TOMATE ABADEJO AL HORNO C/ ENSALADA FRUTA	⁷ PAELLA DE VERDURAS HAMBURGUESA DE TERNERA C/ENSALADA FRUTA	⁸ CREMA DE CALABAZA BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ PATATAS YOGUR	⁹ SOPA AVE C/FIDEOS TORTILLA DE PATATA C/ENSALADA FRUTA
¹² FESTIVO	¹³ PATATAS ESTOFADAS MERLUZA EN SALSA C/ ENSALADA FRUTA	¹⁴ ARROZ C/TOMATE POLLO ASADO C/ ENSALADA FRUTA	¹⁵ SOPA DE MENUDILLOS ESTOF.POLLO Y TERNERA FRUTA	¹⁶ CREMA CALABACIN TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA YOGUR
¹⁹ PATATAS CARNICERAS LIMANDA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	²⁰ PURE DE VERDURAS ALBÓNDIGAS CASERAS C/PATATAS FRUTA	²¹ MACARRONES A LA ITALIANA TORTILLA PATATA C/ENSALADA YOGUR	²² ARROZ C/ VERDURAS Y POLLO LOMO EN SALSA FRUTA	²³ SOPA AVE C/FIDEOS LIRIO A LA ASTURIANA C/ENSALADA FRUTA
²⁶ ARROZ C/TOMATE CROQUETAS DE JAMON C/ ENSALADA FRUTA	²⁷ SOPA DE MENUDILLOS ESTOF.POLLO Y TERNERA FRUTA	²⁸ PATATAS C/CHORIZO MERLUZA EN SALSA C/ENSALADA FRUTA	²⁹ PURE BROCOLI RAGOUT DE POLLO C/PATATAS YOGUR	³⁰ MACARRONES C/ACEI Y OREGANO TORTILLA DE CALABACÍN C/HUEVO CAMPERO Y ENSALADA FRUTA
MENÚ SIN PESCADO NI MARISCO: EN ALERGIA SOLO A MARISCO NO SE RETIRA PESCADO				
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		 COCINA TRADICIONAL SIN PRECOCINADOS	¹ PATATAS C/VERDURAS FTE POLLO EN SALSA C/ENSALADA YOGUR	² SOPA DE COCIDO INT COCIDO COMPLETO FRUTA
⁵ JUDÍAS VERDES REHOG. MAZA ASADA C/ C/PATATAS FRUTA	⁶ MACARRONES INT C/TOMATE RAGOUT POLLO SALSA C/PIMI Y ENSALADA FRUTA	⁷ PAELLA DE VERDURAS HAMBURGUESA DE GUISANTES C/ENSALADA FRUTA	⁸ CREMA DE CALABAZA LOMO SALSA C/ PATATAS YOGUR	⁹ FRÍJOLE NEGROS C/CHORIZO TORTILLA DE PATATA C/ENSALADA FRUTA
¹² FESTIVO	¹³ LENTEJAS ESTOFADAS HAMBURGUESA TERNERA C/ ENSALADA FRUTA	¹⁴ ARROZ C/TOMATE POLLO ASADO C/ ENSALADA FRUTA	¹⁵ SOPA DE COCIDO INT COCIDO COMPLETO FRUTA	¹⁶ MENESTRA REHOGADA C/ JAMON TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA YOGUR
¹⁹ PATATAS CARNICERAS FTE POLLO C/ENSALADA FRUTA	²⁰ PURE DE VERDURAS ALBÓNDIGAS CASERAS C/PATATAS FRUTA	²¹ MACARRONES INT A LA ITALIANA TORTILLA PATATA C/ENSALADA YOGUR	²² ARROZ C/ VERDURAS Y POLLO ESTOFADO DE SOJA C/ VERDURAS FRUTA	²³ FABADA ASTURIANA TERNERA SALSA C/ENSALADA FRUTA
²⁶ ARROZ C/TOMATE CROQUETAS DE JAMON C/ ENSALADA FRUTA	²⁷ SOPA DE COCIDO INT COCIDO COMPLETO FRUTA	²⁸ PATATAS C/CHORIZO LOMO EN SALSA C/ENSALADA FRUTA	²⁹ PURE BROCOLI RAGOUT DE POLLO C/PATATAS YOGUR	³⁰ LENTEJAS ECO HORTELANAS TORTILLA DE CALABACÍN C/HUEVO CAMPERO Y ENSALADA 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 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.