

MENÚS PARA ALERGIAS E INTOLERANCIAS 02.FEBRERO IN SITU

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
J. VERDES REHOGADAS LACÓN C/PATATAS FRUTA Y LECHE	MACARRONES C/TOMATE LIMANDA A LA ROMANA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	J.BLANCAS C/VERDURA TORTILLA PATATA CAMPERA C/ENSALADA FRUTA	ARROZ C/TOMATE CABALLA EN SALSA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	CREMA CALABAZA ALBÓNDIGAS DE POLLO C/PATATAS YOGUR	J. VERDES REHOGADAS LACÓN C/PATATAS FRUTA Y LECHE	MACARRONES C/TOMATE LIMANDA A LA ROMANA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	LENTEJAS ECO C/VERDURA LACÓN PLANCHA C/ENSALADA FRUTA	ARROZ C/TOMATE CABALLA EN SALSA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	CREMA CALABAZA ALBÓNDIGAS DE POLLO C/PATATAS YOGUR
PATATAS CARNICERAS ABADEJO C/TOMATE Y ENSALADA FRUTA Y LECHE	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	PANACHÉ DE VERDURAS POLLO ASADO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	J. BLANCAS ESTOFADAS TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA FRUTA	ARROZ C/TOMATE RAPE A LA ANDALUZA C/ENSALADA YOGUR	PATATAS CARNICERAS ABADEJO C/TOMATE Y ENSALADA FRUTA Y LECHE	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	PANACHÉ DE VERDURAS POLLO ASADO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	J. BLANCAS ESTOFADAS HAMB. TERNERA C/ENSALADA FRUTA	ARROZ C/TOMATE RAPE A LA ANDALUZA C/ENSALADA YOGUR
CREMA CALABACIN CTA LOMO SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	PAELLA MIXTA TORTILLA DE BRÓCOLI C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	GARBANZOS C/VERDURA CROQUETAS DE ATÚN C/ENSALADA FRUTA	ESPIRALES C/BACON MERLUZA SALSA MURCIANA C/ENSALADA YOGUR	J. PINTAS C/ARROZ INT POLLO SALSA C/CHAMPIÑÓN FRUTA	CREMA CALABACIN CTA LOMO SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	PAELLA MIXTA FILETE POLLO PLANCHA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	LENTEJAS HORTELANAS CROQUETAS DE ATÚN C/ENSALADA FRUTA	ESPIRALES C/BACON MERLUZA SALSA MURCIANA C/ENSALADA YOGUR	J. PINTAS C/ARROZ INT POLLO SALSA C/CHAMPIÑÓN FRUTA
ARROZ MURCIANO BOQUERONES FRITOS C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	BRÓCOLI REHOGADO RAGOUT POLLO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	J. BLANCAS HORTELANAS TORTILLA DE PAVO C/ENSALADA FRUTA	PATATAS RIOJANA PESCADILLA EN SALSA C/ENSALADA YOGUR	ARROZ MURCIANO BOQUERONES FRITOS C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	BRÓCOLI REHOGADO RAGOUT POLLO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	J. BLANCAS HORTELANAS TERNERA EN SALSA C/ENSALADA FRUTA	PATATAS RIOJANA PESCADILLA EN SALSA C/ENSALADA YOGUR
 COCINA TRADICIONAL SIN PRECOCINADOS					 COCINA TRADICIONAL SIN PRECOCINADOS				
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
J. VERDES REHOGADAS LACÓN C/PATATAS FRUTA Y LECHE S/L O SOJA	MACARRONES INT C/TOMATE LIMANDA A LA ROMANA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L O SOJA	LENTEJAS ECO C/VERDURA TORTILLA PATATA CAMPERA C/ENSALADA FRUTA	ARROZ C/TOMATE CABALLA EN SALSA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L O SOJA	CREMA CALABAZA ALBÓNDIGAS DE POLLO C/PATATAS YOGUR S/L O SOJA	J. VERDES REHOGADAS POLLO A LA PLANCHA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	MACARRONES C/TOMATE LIMANDA A LA ROMANA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	J.BLANCAS C/VERDURA TORTILLA PATATA CAMPERA C/ENSALADA FRUTA	ARROZ C/TOMATE CABALLA EN SALSA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	CREMA CALABAZA ALBÓNDIGAS DE POLLO C/PATATAS YOGUR
PATATAS CARNICERAS ABADEJO C/TOMATE Y ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L O SOJA	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	PANACHÉ DE VERDURAS POLLO ASADO C/PATATAS FRUTA Y LECHE S/L O SOJA	J. BLANCAS ESTOFADAS TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA FRUTA	ARROZ C/TOMATE RAPE A LA ANDALUZA C/ENSALADA YOGUR S/L O SOJA	PATATAS C/ VERDURAS ABADEJO C/TOMATE Y ENSALADA FRUTA Y LECHE	SOPA DE COCIDO DE POLLO COCIDO DE POLLO FRUTA	PANACHÉ DE VERDURAS POLLO ASADO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	J. BLANCAS ESTOFADAS TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA FRUTA	ARROZ C/TOMATE RAPE A LA ANDALUZA C/ENSALADA YOGUR
CREMA CALABACIN CTA LOMO SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE S/L O SOJA	PAELLA MIXTA TORTILLA DE BRÓCOLI C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L O SOJA	LENTEJAS HORTELANAS CROQUETAS ATÚN O LACÓN C/ENSALADA FRUTA	ESPIRALES C/BACON MERLUZA SALSA MURCIANA C/ENSALADA YOGUR S/L O SOJA	J. PINTAS C/ARROZ INT POLLO SALSA C/CHAMPIÑÓN FRUTA	CREMA CALABACIN TERNERA EN SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	PAELLA MIXTA TORTILLA DE BRÓCOLI C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	LENTEJAS HORTELANAS CROQUETAS DE ATÚN C/ENSALADA FRUTA	ESPIRALES C/ TOMATE MERLUZA SALSA MURCIANA C/ENSALADA YOGUR	J. PINTAS C/ARROZ INT POLLO SALSA C/CHAMPIÑÓN FRUTA
ARROZ MURCIANO BOQUERONES FRITOS C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L O SOJA	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	BRÓCOLI REHOGADO RAGOUT POLLO C/PATATAS FRUTA Y LECHE S/L O SOJA	J. BLANCAS HORTELANAS TORTILLA DE PAVO C/ENSALADA FRUTA	PATATAS RIOJANA PESCADILLA EN SALSA C/ENSALADA YOGUR S/L O SOJA	ARROZ MURCIANO BOQUERONES FRITOS C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	SOPA DE COCIDO DE POLLO COCIDO DE POLLO FRUTA	BRÓCOLI REHOGADO RAGOUT POLLO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	J. BLANCAS HORTELANAS TORTILLA DE PAVO C/ENSALADA FRUTA	PATATAS C/ VERDURAS PESCADILLA EN SALSA C/ENSALADA YOGUR
 COCINA TRADICIONAL SIN PRECOCINADOS					 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 02.FEBRERO

MENÚ SIN LEGUMBRES: INCLUIDO JUDÍAS VERDES, GUISANTES Y SOJA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 CREMA ZANAH Y PUERRO LACON C/PATATAS FRUTA Y LECHE	3 MACARRONES C/TOMATE LIMANDA A LA ROMANA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	4 SOPA MENUDILLOS TORTILLA PATATA CAMPERA C/ENSALADA FRUTA	5 ARROZ C/TOMATE CABALLA EN SALSA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	6 CREMA CALABAZA ALBÓNDIGAS TERNERA C/PATATAS YOGUR
9 PATATAS CARNICERAS ABADEJO C/TOMATE Y ENSALADA FRUTA Y LECHE	10 SOPA DE AVE ESTOF. POLLO Y TERNERA FRUTA	11 PURÉ VERDURAS POLLO ASADO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	12 SOPA PICADILLO TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA FRUTA	13 ARROZ C/TOMATE RAPE A LA ANDALUZA C/ENSALADA YOGUR
16 CREMA CALABACIN CTA LOMO SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	17 PAELLA MIXTA TORTILLA DE BRÓCOLI C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	18 PATATAS HORTELANAS CROQUETAS DE ATÚN C/ENSALADA FRUTA	19 ESPIRALES C/TOMATE MERLUZA SALSA MURCIANA C/ENSALADA YOGUR	20 SOPA MENUDILLOS POLLO SALSA C/CHAMPÍÑÓN FRUTA
23 ARROZ MURCIANO BOQUERONES FRITOS C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	24 SOPA DE AVE ESTOF. POLLO Y TERNERA FRUTA	25 BRÓCOLI REHOGADO RAGOUT POLLO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	26 CREMA PARMENTIER TORTILLA DE PATATA C/ENSALADA FRUTA	27 PATATAS RIOJANA PESCADILLA EN SALSA C/ENSALADA YOGUR
				 COCINA TRADICIONAL  SIN PRECOCINADOS

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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 J. VERDES REHOGADAS LACON C/PATATAS FRUTA Y LECHE	3 MACARRONES INT C/TOMATE TERNERA SALSA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	4 LENTEJAS ECO C/VERDURA TORTILLA PATATA CAMPERA C/ENSALADA FRUTA	5 ARROZ C/TOMATE RAGOUT POLLO SALSA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	6 CREMA CALABAZA ALBÓNDIGAS DE POLLO C/PATATAS YOGUR
9 PATATAS CARNICERAS TERNERA SALSA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	10 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	11 PANACHÉ DE VERDURAS POLLO ASADO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	12 J. BLANCAS ESTOFADAS TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA FRUTA	13 ARROZ C/TOMATE LOMO EN SALSA C/ENSALADA YOGUR
16 CREMA CALABACIN CTA LOMO SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	17 ARROZ C/VERDURA TORTILLA DE BRÓCOLI C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	18 LENTEJAS HORTELANAS CROQUETAS DE POLLO C/ENSALADA FRUTA	19 ESPIRALES C/BACON HAMB. TERNERA C/ENSALADA YOGUR	20 J. PINTAS C/ARROZ INT POLLO SALSA C/CHAMPÍÑÓN FRUTA
23 ARROZ MURCIANO CTA LOMO FRESCA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	24 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	25 BRÓCOLI REHOGADO RAGOUT POLLO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	26 J. BLANCAS HORTELANAS TORTILLA DE PAVO C/ENSALADA FRUTA	27 PATATAS RIOJANA FTE POLLO PLANCHA C/ENSALADA YOGUR
				 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.