

MENÚS PARA ALERGIAS E INTOLERANCIAS 11.NOVEMBRE 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
3 MACARRONES NAPOLITANA TORTILLA DE BRÓCOLI C/ENSALADA FRUTA	4 ARROZ CON TOMATE RAPE A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	5 ARROZ CON POLLO BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	6 PURÉ DE VERDURAS POLLO ASADO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	7 J. BLANCAS CON CHORIZO MERLUZA EN SALSA C/VERDURAS YOGUR	3 MACARRONES NAPOLITANA RAGOUT POLLO C/ZANAHORIA Y CHAMPIÑÓN FRUTA	4 ARROZ CON POLLO BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	5 PURÉ DE VERDURAS POLLO ASADO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	6 J. BLANCAS CON CHORIZO MERLUZA EN SALSA C/VERDURAS YOGUR	7 J. BLANCAS CON CHORIZO MERLUZA EN SALSA C/VERDURAS YOGUR
10 J. BLANCAS HORTELANAS TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA FRUTA	11 ARROZ CON TOMATE RAPE A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	12 J. VERDES REHOGADAS CINTA DE LOMO ADOBADA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	13 CODITOS A LA ITALIANA BACALAO SALSA MURCIANA C/ENSALADA YOGUR	14 SOPA LEBANIEGA COCIDO LEBANIEGO FRUTA	10 LENTEJAS HORTELANAS POLLO PLANCHA C/ENSALADA FRUTA	11 ARROZ CON TOMATE RAPE A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	12 J. VERDES REHOGADAS CINTA DE LOMO ADOBADA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	13 CODITOS A LA ITALIANA BACALAO SALSA MURCIANA C/ENSALADA YOGUR	14 SOPA LEBANIEGA COCIDO LEBANIEGO FRUTA
17 PATATAS CON CARNE CABALLA C/TOMATE Y VERDURAS FRUTA Y LECHE	18 J. PINTAS C/ARROZ INT. TORTILLA DE PAVO C/ENSALADA FRUTA	19 SOPA DE PESCADO POLLO AL HORNO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	20 J. BLANCAS HORTELANAS ABADEJO A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	21 CREMA DE CALABACÍN CARRILLADA C/PATATAS YOGUR	17 PATATAS CON CARNE CABALLA C/TOMATE Y VERDURAS FRUTA Y LECHE	18 J. PINTAS C/ARROZ INT. TERNERA SALSA FRUTA	19 SOPA DE PESCADO POLLO AL HORNO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	20 J. BLANCAS HORTELANAS ABADEJO A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	21 CREMA DE CALABACÍN CARRILLADA C/PATATAS YOGUR
24 J. BLANCAS ESTOFADAS TORTILLA DE PATATA CON HUEVO CAMPERO C/ENSALADA FRUTA	25 PATATAS C/ COSTILLAS CROQUETAS DE ATÚN C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	26 MENESTRA REHOGADA MAGRO CON TOMATE Y PATATAS FRUTA Y LECHE	27 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA	28 ARROZ TRES DELICIAS VENTRESCA EN SALSA C/VERDURAS YOGUR	24 LENTEJAS ECO CASERAS CTA LOMO SALSA C/ENSALADA FRUTA	25 PATATAS C/ COSTILLAS CROQUETAS DE ATÚN C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	26 MENESTRA REHOGADA MAGRO C/ TOMATE Y PATATAS FRUTA Y LECHE	27 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA	28 ARROZ C/VERDURAS ASADAS VENTRESCA EN SALSA C/VERDURAS YOGUR
 COCINA TRADICIONAL SIN PRECOCINADOS					 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
3 MACARRONES NAPOLITANA TORTILLA DE BRÓCOLI C/ENSALADA FRUTA	4 ARROZ CON POLLO BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE SL O SOJA	5 PURÉ DE VERDURAS POLLO ASADO C/PATATAS FRUTA Y LECHE SL O SOJA	6 J. BLANCAS CON CHORIZO MERLUZA EN SALSA C/VERDURAS YOGUR SL O SOJA	7 J. BLANCAS CON CHORIZO MERLUZA EN SALSA C/VERDURAS YOGUR SL O SOJA	3 MACARRONES INT NAPOLITANA TORTILLA DE BRÓCOLI C/ENSALADA FRUTA	4 ARROZ CON POLLO BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	5 PURÉ DE VERDURAS POLLO ASADO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	6 J. BLANCAS CON VERDURAS MERLUZA EN SALSA C/VERDURAS YOGUR	7 J. BLANCAS CON VERDURAS MERLUZA EN SALSA C/VERDURAS YOGUR
10 LENTEJAS HORTELANAS TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA FRUTA	11 ARROZ CON TOMATE RAPE A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE SL O SOJA	12 J. VERDES REHOGADAS CINTA DE LOMO ADOBADA C/PATATAS FRUTA Y LECHE SL O SOJA	13 FIDEUA DE VERDURAS BACALAO SALSA MURCIANA C/ENSALADA YOGUR SL O SOJA	14 SOPA LEBANIEGA COCIDO LEBANIEGO FRUTA	10 LENTEJAS HORTELANAS TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA FRUTA	11 ARROZ CON TOMATE RAPE A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	12 J. VERDES REHOGADAS POLLO SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	13 FIDEUA DE VERDURAS BACALAO SALSA MURCIANA C/ENSALADA YOGUR	14 SOPA LEBANIEGA DE POLLO COCIDO LEBANIEGO DE POLLO FRUTA
17 PATATAS CON CARNE CABALLA C/TOMATE Y VERDURAS FRUTA Y LECHE SL O SOJA	18 J. PINTAS C/ARROZ INT. TORTILLA DE PAVO C/ENSALADA FRUTA	19 SOPA DE PESCADO POLLO AL HORNO C/PATATAS FRUTA Y LECHE SL O SOJA	20 J. BLANCAS HORTELANAS ABADEJO A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	21 CREMA DE CALABACÍN CARRILLADA C/PATATAS YOGUR SL O SOJA	17 PATATAS CON VERDURAS CABALLA C/TOMATE Y VERDURAS FRUTA Y LECHE	18 J. PINTAS C/ARROZ INT. TORTILLA DE PAVO C/ENSALADA FRUTA	19 SOPA DE PESCADO POLLO AL HORNO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	20 J. BLANCAS HORTELANAS ABADEJO A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	21 CREMA DE CALABACÍN RAGOUT POLLO AL AJILLO C/PATATAS YOGUR
24 LENTEJAS ECO CASERAS TORTILLA DE PATATA CON HUEVO CAMPERO C/ENSALADA FRUTA	25 PATATAS C/ COSTILLAS CROQUETAS DE ATÚN O HAMBURG TERNERA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE SL O SOJA	26 MENESTRA REHOGADA MAGRO C/ TOMATE Y PATATAS FRUTA Y LECHE SL O SOJA	27 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA	28 ARROZ TRES DELICIAS VENTRESCA EN SALSA C/VERDURAS YOGUR SL O SOJA	24 LENTEJAS ECO C/VERDURAS TORTILLA DE PATATA CON HUEVO CAMPERO C/ENSALADA FRUTA	25 PATATAS HORTELANAS CROQUETAS DE ATÚN C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	26 MENESTRA REHOGADA TERNERA SALSA C/PATATA FRUTA Y LECHE	27 SOPA DE COCIDO DE POLLO COCIDO DE POLLO FRUTA	28 ARROZ TRES DELICIAS VENTRESCA EN SALSA C/VERDURAS 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 11.NOVEMBRE

MENÚ SIN LEGUMBRES: INCLUIDO JUDÍAS VERDES, GUISANTES Y SOJA

LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
	MACARRONES NAPOLITANA TORTILLA DE BRÓCOLI C/ENSALADA FRUTA	ARROZ CON POLLO BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	PURÉ DE VERDURAS POLLO ASADO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	SOPA DE MENUDILLOS MERLUZA EN SALSA C/VERDURAS YOGUR
PATATAS HORTELANAS TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA FRUTA	ARROZ CON TOMATE RAPE A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	CREMA PARMENTIER CINTA DE LOMO ADOBADA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	CODITOS A LA ITALIANA BACALAO SALSA MURCIANA C/ENSALADA YOGUR	SOPA AVE ESTOFADO POLLO Y TERNERA FRUTA
PATATAS CON CARNE CABALLA C/TOMATE Y VERDURAS FRUTA Y LECHE	CREMA ZANAHORIA Y PUERRO TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA FRUTA	SOPA DE PESCADO POLLO AL HORNO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	ARROZ C/VERDURAS ABADEJO A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	CREMA DE CALABACÍN CARRILLADA C/ PATATAS YOGUR
SOPA MENUDILLOS TORTILLA DE PATATA CON HUEVO CAMPERO C/ENSALADA FRUTA	PATATAS C/ COSTILLAS CROQUETAS DE ATÚN C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	CREMA CALABAZA MAGRO C/ TOMATE Y PATATA FRUTA Y LECHE	SOPA AVE ESTOFADO POLLO Y TERNERA FRUTA	ARROZ C/VERDURAS ASADAS VENTRESCA EN SALSA C/VERDURAS YOGUR
				 COCINA TRADICIONAL  SIN PRECOCCINADOS

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

LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
	MACARRONES INT NAPOLITANA TORTILLA DE BRÓCOLI C/ENSALADA FRUTA	ARROZ CON POLLO HAMBURG TERNERA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	PURÉ DE VERDURAS POLLO ASADO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	JUDÍAS BLANCAS C/ CHORIZO CTA LOMO EN SALSA C/VERDURAS YOGUR
LENTEJAS HORTELANAS TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA FRUTA	ARROZ CON TOMATE LACON A LA PLANCHA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	J. VERDES REHOGADAS CINTA DE LOMO ADOBADA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	FIDEUA DE VERDURAS TERNERA SALSA YOGUR	SOPA LEBANIEGA COCIDO LEBANIEGO FRUTA
PATATAS CON CARNE LOMO SALSA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	J. PINTAS C/ARROZ INT. TORTILLA DE PAVO C/ENSALADA FRUTA	SOPA DE MENUDILLOS POLLO AL HORNO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	J. BLANCAS HORTELANAS HAMB TERNERA C/ENSALADA FRUTA	CREMA DE CALABACÍN CARRILLADA C/PATATAS YOGUR
LENTEJAS ECO CASERAS TORTILLA DE PATATA CON HUEVO CAMPERO C/ENSALADA FRUTA	PATATAS C/ COSTILLAS CROQUETAS DE POLLO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	MENESTRA REHOGADA MAGRO C/ TOMATE Y PATATAS FRUTA Y LECHE	SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA	ARROZ TRES DELICIAS RAGOUT POLLO SALSA C/PIMI YOGUR
				 COCINA TRADICIONAL  SIN PRECOCCINADOS

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.