COLES — MARZO — MENÚS PARA ALERGIAS E INTOLERANCIAS

MENÚ SIN GLUTEN. SE EMPLEA PASTA SIN GLUTEN, MAIZENA Y PAN RALLADO S/G EN REBOZADOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
El menú ha sido revisado por dietistas-nutricionistas colegiadas del departamento de nutrición. Para consulta sobre alérgenos, podrán ponerse en contacto en el teléfono 607 524 915 o en el email: nutricion@comedoresblanco.es **NO UTILIZAMOS NINGÚN TIPO DE PRECOCINADO**		1 MARMITACO DE BONITO POLLO A LA VASCA CON VERDURAS FRUTA Y LECHE	2 ESPAGUETIS C/CHORIZO MERLUZA ANDALUZA C/ ENSALADA YOGUR	3 LENTEJAS HORTELANAS TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA FRUTA
6 CODITOS C/BONITO LACÓN A LA GALLEGA ENSALADA FRUTA Y LECHE	7 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA	8 ARROZ C/VERDURAS RAPE AL HORNO C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	9 J. VERDES REHOGADAS JAMONCITOS DE POLLO C/PATATAS YOGUR	10 J. PINTAS C/VERDURAS MERLUZA ANDALUZA ENSALADA FRUTA
13 LENTEJAS C/ARROZ INT MAZA ASADA C/PATATA FRUTA	14 MACARRONES C/TOMATE MERLUZA HORNO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	15 CREMA DE CALABAZA HAMBURGUESA POLLO CON PATATAS FRUTA Y LECHE	16 PATATAS CON CARNE CROQUETAS DE BONITO CON ENSALADA YOGUR	17 J.BLANCAS ECO C/VERDURA TORTILLA ATÚN CAMPERA C/ENSALADA FRUTA
20 FESTIVO	21 BROCOLI REHOGADO CARRILLADA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	22 ESPIRALES NAPOLITANA TORTILLA CASERA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	23 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA	24 ARROZ C/TOMATE SALMÓN AL HORNO C/VERDURAS YOGUR
27 PURE VERDURAS CHULETA CERDO RIOJANA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	28 J. BLANCAS CASERAS BOQUERONES REBOZADOS C/ENSALADA FRUTA	29 PATATAS C/ATÚN TORTILLA DE PAVO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	30 MACARRONES C/BACON MERLUZA ANDALUZA C/ENSALADA YOGUR	31 NO LECTIVO

MENÚ SIN HUEVO: SE EMPLEA PASTA SIN HUEVO. LOS REBOZADOS SE HACEN SIN HUEVO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
El menú ha sido revisado por dietistas-nutricionistas colegiadas del departamento de nutrición. Para consulta sobre alérgenos, podrán ponerse en contacto en el teléfono 607 524 915 o en el email: nutricion@comedoresblanco.es **NO UTILIZAMOS NINGÚN TIPO DE PRECOCINADO**		1 MARMITACO DE BONITO POLLO A LA VASCA CON VERDURAS FRUTA Y LECHE	2 ESPAGUETIS C/CHORIZO MERLUZA ANDALUZA C/ ENSALADA YOGUR	3 LENTEJAS HORTELANAS FTE POLLO PLANCHA C/ENSALADA FRUTA
6 CODITOS C/BONITO LACÓN A LA GALLEGA ENSALADA FRUTA Y LECHE	7 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA	8 ARROZ C/VERDURAS RAPE AL HORNO C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	9 J. VERDES REHOGADAS JAMONCITOS DE POLLO C/PATATAS YOGUR	10 J. PINTAS C/VERDURAS MERLUZA ANDALUZA ENSALADA FRUTA
13 LENTEJAS C/ARROZ INT MAZA ASADA C/PATATA FRUTA	14 MACARRONES C/TOMATE MERLUZA HORNO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	15 CREMA DE CALABAZA HAMBURGUESA POLLO CON PATATAS FRUTA Y LECHE	16 PATATAS CON CARNE CROQUETAS DE BONITO CON ENSALADA YOGUR	17 J.BLANCAS ECO C/VERDURA TERNERA SALSA C/ENSALADA FRUTA
20 FESTIVO	21 BROCOLI REHOGADO CARRILLADA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	22 ESPIRALES NAPOLITANA HAMBURGUESA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	23 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA	24 ARROZ C/TOMATE SALMÓN AL HORNO C/VERDURAS YOGUR
27 PURE VERDURAS CHULETA CERDO RIOJANA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	28 J. BLANCAS CASERAS BOQUERONES REBOZADOS C/ENSALADA FRUTA	29 PATATAS C/ATÚN LOMO A LA PLANCHA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	30 MACARRONES C/BACON MERLUZA ANDALUZA C/ENSALADA YOGUR	31 NO LECTIVO

MENÚ SIN LACTOSA: SE COCINA C/LECHE S/LACTOSA, PROT. LECHE: SE SUSTITUYE POR BEBIDA SOJA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
El menú ha sido revisado por dietistas-nutricionistas colegiadas del departamento de nutrición. Para consulta sobre alérgenos, podrán ponerse en contacto en el teléfono 607 524 915 o en el email: nutricion@comedoresblanco.es **NO UTILIZAMOS NINGÚN TIPO DE PRECOCINADO**		1 MARMITACO DE BONITO POLLO A LA VASCA CON VERDURAS FRUTA Y LECHE S/L	2 ESPAGUETIS C/CHORIZO MERLUZA ANDALUZA C/ ENSALADA YOGUR S/L O SOJA	3 LENTEJAS HORTELANAS TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA FRUTA
6 CODITOS C/BONITO LACÓN A LA GALLEGA ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	7 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA	8 ARROZ C/VERDURAS RAPE AL HORNO C/VERDURAS FRUTA Y LECHE S/L	9 J. VERDES REHOGADAS JAMONCITOS DE POLLO C/PATATAS YOGUR S/L O SOJA	10 J. PINTAS C/VERDURAS MERLUZA ANDALUZA ENSALADA FRUTA
13 LENTEJAS C/ARROZ INT MAZA ASADA C/PATATA FRUTA	14 MACARRONES C/TOMATE MERLUZA HORNO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	15 CREMA DE CALABAZA HAMBURGUESA POLLO CON PATATAS FRUTA Y LECHE S/L	16 PATATAS CON CARNE CROQUETAS BONITO O HAMBURGUESA C/ENSALADA YOGUR S/L O SOJA	17 J.BLANCAS ECO C/VERDURA TORTILLA ATÚN CAMPERA C/ENSALADA FRUTA
20 FESTIVO	21 BROCOLI REHOGADO CARRILLADA C/PATATAS FRUTA Y LECHE S/L	22 ESPIRALES NAPOLITANA TORTILLA CASERA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	23 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA	24 ARROZ C/TOMATE SALMÓN AL HORNO C/VERDURAS YOGUR S/L O SOJA
27 PURE VERDURAS CHULETA CERDO RIOJANA C/PATATAS FRUTA Y LECHE S/L	28 J. BLANCAS CASERAS BOQUERONES REBOZADOS C/ENSALADA FRUTA	29 PATATAS C/ATÚN TORTILLA DE PAVO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	30 MACARR. INTEG. C/BACON MERLUZA ANDALUZA C/ENSALADA YOGUR S/L O SOJA	31 NO LECTIVO



MENÚS PARA ALERGIAS E INTOLERANCIAS

MENÚ SIN LEGUMBRES: INCLUIDO JUDÍAS VERDES, GUISANTES Y SOJA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
El menú ha sido revisado por dietistas-nutricionistas colegiadas del departamento de nutrición. Para consulta sobre alérgenos, podrán ponerse en contacto en el teléfono 607 524 915 o en el email: nutricion@comedoresblanco.es **NO UTILIZAMOS NINGÚN TIPO DE PRECOCINADO**		1 MARMITACO DE BONITO POLLO A LA VASCA CON VERDURAS FRUTA Y LECHE	2 ESPAGUETIS C/CHORIZO MERLUZA ANDALUZA C/ ENSALADA YOGUR	3 CREMA CALABACIN TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA FRUTA
6 CODITOS C/BONITO LACÓN A LA GALLEGA ENSALADA FRUTA Y LECHE	7 SOPA DE AVE ESTOFADO DE CARNE FRUTA	8 ARROZ C/VERDURAS RAPE AL HORNO C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	9 CREMA DE ZANAHORIA JAMONCITOS DE POLLO C/PATATAS YOGUR	10 PATATAS C/VERDURAS MERLUZA ANDALUZA ENSALADA FRUTA
13 ARROZ INT C/VERDURAS MAZA ASADA C/PATATA FRUTA	14 MACARRONES C/TOMATE MERLUZA HORNO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	15 CREMA DE CALABAZA FILETE POLLO CON PATATAS FRUTA Y LECHE	16 PATATAS CON CARNE CROQUETAS DE ATUN CON ENSALADA YOGUR	17 SOPA DE AVE TORTILLA ATÚN CAMPERA C/ENSALADA FRUTA
20 FESTIVO	21 BROCOLI REHOGADO CARRILLADA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	22 ESPIRALES NAPOLITANA TORTILLA CASERA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	23 SOPA DE AVE ESTOFADO DE CARNE FRUTA	24 ARROZ C/TOMATE SALMÓN AL HORNO C/VERDURAS YOGUR
27 PURE VERDURAS CHULETA CERDO RIOJANA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	28 ARROZ C/VERDURAS BOQUERONES REBOZADOS C/ENSALADA FRUTA	29 PATATAS C/ATÚN TORTILLA DE PATATAS C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	30 MACARRONES C/BACON MERLUZA ANDALUZA C/ENSALADA YOGUR	31 NO LECTIVO

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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
El menú ha sido revisado por dietistas-nutricionistas colegiadas del departamento de nutrición. Para consulta sobre alérgenos, podrán ponerse en contacto en el teléfono 607 524 915 o en el email: nutricion@comedoresblanco.es **NO UTILIZAMOS NINGÚN TIPO DE PRECOCINADO**		1 PATATAS HORTELANAS POLLO A LA VASCA CON VERDURAS FRUTA Y LECHE	2 ESPAGUETIS C/CHORIZO TERNERA SALSA C/ ENSALADA YOGUR	3 LENTEJAS HORTELANAS TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA FRUTA
6 CODITOS C/TOMATE LACÓN A LA GALLEGA ENSALADA FRUTA Y LECHE	7 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA	8 ARROZ C/VERDURAS TERNERA SALSA FRUTA Y LECHE	9 J. VERDES REHOGADAS JAMONCITOS DE POLLO C/PATATAS YOGUR	10 J. PINTAS C/VERDURAS CINTA DE LOMO ENSALADA FRUTA
13 LENTEJAS C/ARROZ INT MAZA ASADA C/PATATA FRUTA	14 MACARRONES C/TOMATE CTA LOMO PLANCHA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	15 CREMA DE CALABAZA HAMBURGUESA POLLO CON PATATAS FRUTA Y LECHE	16 PATATAS CON CARNE CROQUETAS DE POLLO CON ENSALADA YOGUR	17 J.BLANCAS ECO C/VERDURA TORTILLA CAMPERA C/ENSALADA FRUTA
20 FESTIVO	21 BROCOLI REHOGADO CARRILLADA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	22 ESPIRALES NAPOLITANA TORTILLA CASERA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	23 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA	24 ARROZ C/TOMATE RAG POLLO SALSA YOGUR
27 PURE VERDURAS CHULETA CERDO RIOJANA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	28 J. BLANCAS CASERAS FTE POLLO PLANCHA C/ENSALADA FRUTA	29 PATATAS C/VERDURA TORTILLA DE PAVO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	30 MACARR. INTEG. C/BACON HAMBURGUESA C/ENSALADA YOGUR	31 NO LECTIVO