comedores Blanco

MENÚS PARA ALERGIAS E INTOLERANCIAS ABRIL 2024

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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 NO LECTIVO	2 ARROZ C/TOMATE CTA LOMO C/PATATA FRUTA EN ALMIBAR Y LECHE	3 JUDIAS PINTAS C/CHORIZO TORTILLA BROCOLI C/ENSALADA FRUTA	4 PATATAS ESTOFADAS MERLUZA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	5 CODITOS C/TOMATE RAGOUT POLLO SALSA C/MENESTRA YOGUR
8 PAELLA MIXTA HUEVOS C/TOMATE Y VERDURAS FRUTA Y LECHE	9 LENTEJAS HORTELANAS GALLO REBOZADO C/ENSALADA FRUTA	10 PURÉ DE VERDURAS CHULETA SAJONIA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	11 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA	12 PATATAS A LA RIOJANA MERLUZA EN SALSA C/VERDURAS YOGUR
15 BROCOLI REHOGADO CARRILLADA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	16 J. BLANCAS C/CHORIZO J. DE POLLO C/ENSALADA FRUTA	17 ESPIRALES A LA NAPOLITANA ABADEJO ROMANA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	18 CREMA ECO ZANAHORIA Y PUERRO TORTILLA CAMPERA JAMON C/ENS FRUTA	19 ARROZ A LA MILANESA SALMON AL HORNO C/ENSALADA YOGUR
22 CREMA DE CALABACÍN HAMB. CASERA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	23 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA	24 MACARRONES A LA ITALIANA BOQUERONES ANDALUZA C/ENS FRUTA Y LECHE	25 PATATAS C/VERDURAS CARCAMUSAS TOLEDANAS FRUTA Y LECHE	26 JUDIAS VERDES REHOGADAS TORTILLA DE PAVO C/ENS YOGUR
29 LENTEJAS C/ARROZ INT. RAPE EN SALSA FRUTA	30 ENSALADA DE PASTA CROQUETAS ATÚN C/ENSALADA FRUTA Y LECHE			COCINAMOS CON ACEITE DE OLIVA SIN PRECOCINADOS

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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 NO LECTIVO	2 ARROZ C/TOMATE CTA LOMO C/PATATA FRUTA EN ALMIBAR Y LECHE	3 JUDIAS PINTAS C/CHORIZO HAMBURGUESA TERNERA C/ENS FRUTA	4 PATATAS ESTOFADAS MERLUZA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	5 CODITOS C/TOMATE RAGOUT POLLO SALSA C/MENESTRA YOGUR
8 PAELLA MIXTA CINTA LOMO SALSA FRUTA Y LECHE	9 LENTEJAS HORTELANAS GALLO REBOZADO C/ENSALADA FRUTA	10 PURÉ DE VERDURAS CHULETA SAJONIA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	11 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA	12 PATATAS A LA RIOJANA MERLUZA EN SALSA C/VERDURAS YOGUR
15 BROCOLI REHOGADO CARRILLADA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	16 J. BLANCAS C/CHORIZO J. DE POLLO C/ENSALADA FRUTA	17 ESPIRALES A LA NAPOLITANA ABADEJO ROMANA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	18 CREMA ECO ZANAHORIA Y PUERRO HAMBURGUESA TERNERA C/ENSALADA FRUTA	19 ARROZ A LA MILANESA SALMON AL HORNO C/ENSALADA YOGUR
22 CREMA DE CALABACÍN HAMB. CASERA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	23 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA	24 MACARRONES A LA ITALIANA BOQUERONES ANDALUZA C/ENS FRUTA Y LECHE	25 MIGAS MANCHEGAS CARCAMUSAS TOLEDANAS FRUTA Y LECHE	26 JUDIAS VERDES REHOGADAS TERNERA EN SALSA YOGUR
29 LENTEJAS C/ARROZ INT. RAPE EN SALSA FRUTA	30 CODITOS C/TOMATE CROQUETAS ATÚN C/ENSALADA FRUTA Y LECHE			COCINAMOS CON ACEITE DE OLIVA SIN PRECOCINADOS

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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 NO LECTIVO	2 ARROZ C/TOMATE CTA LOMO C/PATATA FRUTA EN ALMIBAR Y LECHE SL O SOJA	3 JUDIAS PINTAS C/CHORIZO TORTILLA BROCOLI C/ENSALADA FRUTA	4 PATATAS ESTOFADAS MERLUZA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE SL O SOJA	5 CODITOS C/TOMATE RAGOUT POLLO SALSA C/MENESTRA YOGUR SL O SOJA
8 PAELLA MIXTA HUEVOS C/TOMATE Y VERDURAS FRUTA Y LECHE SL O SOJA	9 LENTEJAS HORTELANAS GALLO REBOZADO C/ENSALADA FRUTA	10 PURÉ DE VERDURAS CHULETA SAJONIA C/PATATAS FRUTA Y LECHE SL O SOJA	11 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA	12 PATATAS A LA RIOJANA MERLUZA EN SALSA C/VERDURAS YOGUR SL O SOJA
15 BROCOLI REHOGADO CARRILLADA C/PATATAS FRUTA Y LECHE SL O SOJA	16 J. BLANCAS C/CHORIZO J. DE POLLO C/ENSALADA FRUTA	17 ESPIRALES INTEGR A LA NAPOLITANA ABADEJO ROMANA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE SL O SOJA	18 CREMA ECO ZANAHORIA Y PUERRO TORTILLA CAMPERA JAMON C/ENS FRUTA Y LECHE SL O SOJA	19 ARROZ A LA MILANESA SALMON AL HORNO C/ENSALADA YOGUR SL O SOJA
22 CREMA DE CALABACÍN HAMB. CASERA C/PATATAS FRUTA Y LECHE SL O SOJA	23 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA	24 MACARRONES A LA ITALIANA BOQUERONES ANDALUZA C/ENS FRUTA Y LECHE SL O SOJA	25 MIGAS MANCHEGAS CARCAMUSAS TOLEDANAS FRUTA Y LECHE SL O SOJA	26 JUDIAS VERDES REHOGADAS TORTILLA DE PAVO C/ENS YOGUR SL O SOJA
29 LENTEJAS C/ARROZ INT. RAPE EN SALSA FRUTA	30 ENSALADA DE PASTA CROQUETAS ATÚN O LACÓN A LA GALLEGA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE SL O SOJA			COCINAMOS CON ACEITE DE OLIVA 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 **Cristina Collado (Nº colegiada MAD00218) Tamara Cobo (Nº colegiada MAD00088) y Patricia Trillo (Nº colegiada MAD00292),** 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. Todos los menús van acompañados de pan y agua.

MENÚS PARA ALERGIAS E INTOLERANCIAS ABRIL 2024

MENÚ SIN LEGUMBRES: INCLUIDO JUDÍAS VERDES, GUISANTES Y SOJA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 NO LECTIVO	2 ARROZ C/TOMATE CTA LOMO C/PATATA FRUTA EN ALMIBAR Y LECHE	3 SOPA MENUDILLOS TORTILLA BROCOLI C/ENSALADA FRUTA	4 PATATAS ESTOFADAS MERLUZA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	5 CODITOS C/TOMATE RAGOUT POLLO SALSA C/PIMIENTO YOGUR
8 PAELLA MIXTA HUEVOS C/TOMATE Y VERDURAS FRUTA Y LECHE	9 PATATAS C/VERDURAS GALLO REBOZADO C/ENSALADA FRUTA	10 PURÉ DE VERDURAS CHULETA SAJONIA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	11 SOPA DE AVE ESTOFADO DE CARNE FRUTA	12 PATATAS A LA RIOJANA MERLUZA EN SALSA C/VERDURAS YOGUR
15 BROCOLI REHOGADO CARRILLADA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	16 SOPA DE MENUDILLOS J. DE POLLO C/ENSALADA FRUTA	17 ESPIRALES A LA NAPOLITANA ABADEJO ROMANA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	18 CREMA ECO ZANAHORIA Y PUERRO TORTILLA CAMPERA JAMON C/ENS FRUTA	19 ARROZ C/VERDURAS SALMON AL HORNO C/ENSALADA YOGUR
22 CREMA DE CALABACÍN HAMB. CASERA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	23 SOPA DE AVE ESTOFADO DE CARNE FRUTA	24 MACARRONES A LA ITALIANA BOQUERONES ANDALUZA C/ENS FRUTA Y LECHE	25 PATATAS C/VERDURAS RAGOUT DE POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑÓN FRUTA Y LECHE	26 PURE VERDURAS TORTILLA DE PATATA C/ENS YOGUR
29 ARROZ C/CHAMPIÑONES RAPE EN SALSA FRUTA	30 CODITOS C/TOMATE CROQUETAS ATÚN C/ENSALADA FRUTA Y LECHE			 COCINAMOS CON ACEITE DE OLIVA SIN PRECOCINADOS

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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 NO LECTIVO	2 ARROZ C/TOMATE CTA LOMO C/PATATA FRUTA EN ALMIBAR Y LECHE	3 JUDIAS PINTAS C/CHORIZO TORTILLA BROCOLI C/ENSALADA FRUTA	4 PATATAS ESTOFADAS CINTA LOMO SALSA FRUTA Y LECHE	5 CODITOS C/TOMATE RAGOUT POLLO SALSA C/MENESTRA YOGUR
8 ARROZ C/VERDURAS HUEVOS C/TOMATE Y VERDURAS FRUTA Y LECHE	9 LENTEJAS HORTELANAS RAGOUT POLLO EN SALSA CHAMP Y ZANAH FRUTA	10 PURÉ DE VERDURAS CHULETA SAJONIA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	11 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA	12 PATATAS A LA RIOJANA TERNERA EN SALSA YOGUR
15 BROCOLI REHOGADO CARRILLADA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	16 J. BLANCAS C/CHORIZO J. DE POLLO C/ENSALADA FRUTA	17 ESPIRALES INTEGR A LA NAPOLITANA CTA LOMO SALSA FRUTA Y LECHE	18 CREMA ECO ZANAHORIA Y PUERRO TORTILLA CAMPERA JAMON C/ENS FRUTA	19 ARROZ A LA MILANESA RAGOUT POLLO SALSA C/PIMIENTO YOGUR
22 CREMA DE CALABACÍN HAMB. CASERA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	23 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA	24 MACARRONES A LA ITALIANA LACÓN A LA GALLEGA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	25 MIGAS MANCHEGAS CARCAMUSAS TOLEDANAS FRUTA Y LECHE	26 JUDIAS VERDES REHOGADAS TORTILLA DE PAVO C/ENS YOGUR
29 LENTEJAS C/ARROZ INT. CTA LOMO SALSA FRUTA	30 ENSALADA DE PASTA CROQUETAS POLLO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE			 COCINAMOS CON ACEITE DE OLIVA 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 **Cristina Collado (Nº colegiada MAD00218) Tamara Cobo (Nº colegiada MAD00088) y Patricia Trillo (Nº colegiada MAD00292),** 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. Todos los menús van acompañados de pan y agua.