comedores Blanco

MENÚS PARA ALERGIAS E INTOLERANCIAS 11.NOVIEMBRE

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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4 CREMA ZANAHORIAS Y PUERRO LACÓN A LA GALLEGA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	5 J. BLANCAS CON CHORIZO TORTILLA BROCOLI C/ENSALADA FRUTA	6 ARROZ CON POLLO CABALLA A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	7 SOPA LEBANIEGA COCIDO LEBANIEGO FRUTA	8 MACARRONES NAPOLITANA MERLLUZA EN SALSA C/ZANAHORIA Y CALABACIN YOGUR
11 SOPA PESCADO TORTILLA DE PATATA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	12 CODITOS C/SALSA TOMATE SALMON EN SALSA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	13 PURÉ DE VERDURAS POLLO ASADO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	14 J. BLANCAS HORTELANAS ABADEJO A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	15 ARROZ CON TOMATE CTA LOMO ADOBADA C/ENSALADA YOGUR
18 J. VERDES REHOGADAS POLLO SALSA CON CHAMPIÑON Y PATATAS FRUTA Y LECHE	19 J. PINTAS C/ARROZ INT TORTILLA DE PAVO C/ENSALADA FRUTA	20 PATATAS CON CARNE RAPE ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	21 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA	22 CREMA DE CALABACÍN CONTRA DE TERNERA ASADA C/PATATAS YOGUR
25 J. BLANCAS C/VERDURAS TORTILLA PATATA CON HUEVO CAMPERO C/ ENSALADA FRUTA	26 ARROZ TRES DELICIAS VENTRESCA EN SALSA C/VERDURAS TIPO PISTO FRUTA Y LECHE	27 MENESTRA REHOGADA CARRILLADA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	28 PATATAS C/COSTILLAS CROQUETAS DE ATUN C/ENSALADA YOGUR	29 ESPIRALES C/SALSA TOMATE Y VERDURAS GARBANZOS ESTOFADOS FRUTA

COCINA TRADICIONAL

SIN PRECOCINADOS

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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4 CREMA ZANAHORIAS Y PUERRO LACÓN A LA GALLEGA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	5 J. BLANCAS CON CHORIZO RAGOUT POLLO C/ZANAH Y CHAMPI FRUTA	6 ARROZ CON POLLO CABALLA A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	7 SOPA LEBANIEGA COCIDO LEBANIEGO FRUTA	8 MACARRONES NAPOLITANA MERLLUZA EN SALSA C/ZANAHORIA Y CALABACIN YOGUR
11 SOPA PESCADO POLLO PLANCHA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	12 CODITOS C/SALSA TOMATE SALMON EN SALSA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	13 PURÉ DE VERDURAS POLLO ASADO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	14 LENTEJAS HORTELANAS ABADEJO A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	15 ARROZ CON TOMATE CTA LOMO ADOBADA C/ENSALADA YOGUR
18 J. VERDES REHOGADAS POLLO SALSA CON CHAMPIÑON Y PATATAS FRUTA Y LECHE	19 J. PINTAS C/ARROZ INT HAMBURG TERNERA C/ENSALADA FRUTA	20 PATATAS CON CARNE RAPE ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	21 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA	22 CREMA DE CALABACÍN CONTRA DE TERNERA ASADA C/PATATAS YOGUR
25 LENTEJAS ECO CASERAS CTA LOMO SALSA FRUTA	26 ARROZ C/CHAMPIÑON VENTRESCA EN SALSA C/VERDURAS TIPO PISTO FRUTA Y LECHE	27 MENESTRA REHOGADA CARRILLADA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	28 PATATAS C/COSTILLAS CROQUETAS DE ATUN C/ENSALADA YOGUR	29 ESPIRALES C/SALSA TOMATE Y VERDURAS GARBANZOS ESTOFADOS FRUTA

COCINA TRADICIONAL

SIN PRECOCINADOS

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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4 CREMA ZANAHORIAS Y PUERRO LACÓN A LA GALLEGA C/PATATAS FRUTA Y LECHE SL O SOJA	5 J. BLANCAS CON CHORIZO TORTILLA BROCOLI C/ENSALADA FRUTA	6 ARROZ CON POLLO CABALLA A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE SL O SOJA	7 SOPA LEBANIEGA COCIDO LEBANIEGO FRUTA	8 MACARRONES INT NAPOLITANA MERLLUZA EN SALSA C/ZANAHORIA Y CALABACIN YOGUR SL O SOJA
11 SOPA PESCADO TORTILLA DE PATATA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE SL O SOJA	12 FIDEUA VERDURAS SALMON EN SALSA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE SL O SOJA	13 PURÉ DE VERDURAS POLLO ASADO C/PATATAS FRUTA Y LECHE SL O SOJA	14 LENTEJAS HORTELANAS ABADEJO A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	15 ARROZ CON TOMATE CTA LOMO ADOBADA C/ENSALADA YOGUR SL O SOJA
18 J. VERDES REHOGADAS POLLO SALSA CON CHAMPIÑON Y PATATAS FRUTA Y LECHE SL O SOJA	19 J. PINTAS C/ARROZ INT TORTILLA DE PAVO C/ENSALADA FRUTA	20 PATATAS CON CARNE RAPE ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE SL O SOJA	21 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA	22 CREMA DE CALABACÍN CONTRA DE TERNERA ASADA C/PATATAS YOGUR SL O SOJA
25 LENTEJAS ECO CASERAS TORTILLA PATATA CON HUEVO CAMPERO C/ ENSALADA FRUTA	26 ARROZ TRES DELICIAS VENTRESCA EN SALSA C/VERDURAS TIPO PISTO FRUTA Y LECHE SL O SOJA	27 MENESTRA REHOGADA CARRILLADA C/PATATAS FRUTA Y LECHE SL O SOJA	28 PATATAS C/COSTILLAS CROQUETAS DE ATUN C/ENSALADA O TERNERA SALSA YOGUR SL O SOJA	29 ESPIRALES C/SALSA TOMATE Y VERDURAS GARBANZOS ESTOFADOS FRUTA

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. Todos los menús van acompañados de pan y agua.

MENÚS PARA ALERGIAS E INTOLERANCIAS 11.NOVIEMBRE

MENÚ SIN LEGUMBRES: INCLUIDO JUDÍAS VERDES, GUISANTES Y SOJA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4 CREMA ZANAHORIAS Y PUERRO LACÓN A LA GALLEGA C/PATATAS	5 PATATAS C/VERDURAS TORTILLA BROCOLI C/ENSALADA FRUTA	6 ARROZ CON POLLO CABALLA A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	7 SOPA AVE ESTOFADO POLLO Y TERNERA FRUTA	8 MACARRONES NAPOLITANA MERLLUZA EN SALSA C/ZANAHORIA Y CALABACIN YOGUR
11 SOPA PESCADO TORTILLA DE PATATA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	12 CODITOS C/SALSA TOMATE SALMON EN SALSA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	13 PURÉ DE VERDURAS POLLO ASADO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	14 PATATAS HORTELANAS ABADEJO A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	15 ARROZ CON TOMATE CTA LOMO ADOBADA C/ENSALADA YOGUR
18 CREMA PARMENTIER POLLO SALSA CON CHAMPIÑON Y PATATAS FRUTA Y LECHE	19 ARROZ INT C/VERDURAS TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA FRUTA	20 PATATAS CON CARNE RAPE ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	21 SOPA AVE ESTOFADO POLLO Y TERNERA FRUTA	22 CREMA DE CALABACÍN CONTRA DE TERNERA ASADA C/PATATAS YOGUR
25 SOPA MENUDILLOS TORTILLA PATATA CON HUEVO CAMPERO C/ ENSALADA	26 ARROZ C/CHAMPIÑON VENTRESCA EN SALSA C/VERDURAS TIPO PISTO FRUTA Y LECHE	27 CREMA CALABAZA CARRILLADA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	28 PATATAS C/COSTILLAS CROQUETAS DE ATUN C/ENSALADA YOGUR	29 ESPIRALES C/SALSA TOMATE Y VERDURAS PALOMETA EN SALSA FRUTA



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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4 CREMA ZANAHORIAS Y PUERRO LACÓN A LA GALLEGA C/PATATAS	5 J. BLANCAS CON CHORIZO TORTILLA BROCOLI C/ENSALADA FRUTA	6 ARROZ CON POLLO CTA LOMO SALSA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	7 SOPA LEBANIEGA COCIDO LEBANIEGO FRUTA	8 MACARRONES INT NAPOLITANA TERNERA SALSA YOGUR
11 SOPA AVE TORTILLA DE PATATA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	12 FIDEUA VERDURAS LACON PLANCHA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	13 PURÉ DE VERDURAS POLLO ASADO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	14 LENTEJAS HORTELANAS HAMB TERNERA C/ENSALADA FRUTA	15 ARROZ CON TOMATE CTA LOMO ADOBADA C/ENSALADA YOGUR
18 J. VERDES REHOGADAS POLLO SALSA CON CHAMPIÑON Y PATATAS FRUTA Y LECHE	19 J. PINTAS CON ARROZ INT TORTILLA DE PAVO C/ENSALADA FRUTA	20 PATATAS CON CARNE CTA LOMO SALSA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	21 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA	22 CREMA DE CALABACÍN CONTRA DE TERNERA ASADA C/PATATAS YOGUR
25 LENTEJAS ECO CASERAS TORTILLA PATATA CON HUEVO CAMPERO C/ ENSALADA FRUTA	26 ARROZ TRES DELICIAS HAMB TERNERA C/VERDURAS TIPO PISTO FRUTA Y LECHE	27 MENESTRA REHOGADA CARRILLADA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	28 PATATAS C/COSTILLAS CROQUETAS DE POLLO C/ENSALADA YOGUR	29 ESPIRALES C/SALSA TOMATE Y VERDURAS GARBANZOS ESTOFADOS 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. Todos los menús van acompañados de pan y agua.