



PERÚ

NOVIEMBRE

MENÚS PARA ALERGIAS E INTOLERANCIAS



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
1	2	3	4	
	FESTIVO	ESPAGUETIS C/VERDURA TORTILLA BONITO ENSALADA MELOCOTÓN EN A.	PURE VERDURAS JAMONCITOS DE POLLO C/PATATAS YOGUR	J.BLANCAS HORTELANAS MERLUZA C/ENSALADA FRUTA
7	8	9	10	11
MENESTRA REHOGADA CINTA DE LOMO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA	FESTIVO	CREMA CALABAZA ECO FTE POLLO CAMPERO EN SALSA C/PATATAS YOGUR	J.PINTAS C/CHORIZO TORTILLA ESPAÑOLA C/VERDURA FRUTA
14	15	16	17	18
PATATAS RIOJANA MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS FRUTA Y LECHE	BRÓCOLI REHOGADO CARRILLADA EN SALSA CON PATATAS FRUTA	CODITOS C/TOMATE GALLO ANDALUZA C/VERDURA FRUTA Y LECHE	LENTEJAS C/ARROZ INT TORTILLA DE JAMÓN C/ENSALADA FRUTA	CREMA ZANAHORIA JAMONCITOS ASADOS CON PATATAS YOGUR
21	22	23	24	25
MACARR. C/ATUN TORTILLA BROCOLI C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	J. BLANCAS C/VERDURA VENTRESCA C/ENSALADA FRUTA	PURÉ VERDURAS POLLO EN SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	ARROZ CON TOMATE SALCHICHAS C/ENSALADA YOGUR	SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA
28	29	30	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 Todos los menús van acompañados de pan y agua	
SOPA DE MARISCO LACÓN A LA GALLEGA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	ESPIRALES C/TOMATE VENTRESCA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	LENTEJAS C/CHORIZO TORTILLA DE PAVO C/ENSALADA FRUTA		

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



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	
	FESTIVO	ESPAGUETIS C/VERDURA TORTILLA BONITO ENSALADA MELOCOTÓN EN A.	PURE VERDURAS JAMONCITOS DE POLLO C/PATATAS YOGUR S/L O SOJA	J.BLANCAS HORTELANAS MERLUZA C/ENSALADA FRUTA
7	8	9	10	11
MENESTRA REHOGADA CINTA DE LOMO C/PATATAS FRUTA Y LECHE S/L	SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA	FESTIVO	CREMA CALABAZA ECO FTE POLLO CAMPERO EN SALSA C/PATATAS YOGUR S/L O SOJA	J.PINTAS C/CHORIZO TORTILLA ESPAÑOLA C/VERDURA FRUTA
14	15	16	17	18
PATATAS RIOJANA MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS FRUTA Y LECHE S/L	BRÓCOLI REHOGADO CARRILLADA EN SALSA CON PATATAS FRUTA	FIDEUA VALENCIANA GALLO ANDALUZA C/VERDURA FRUTA Y LECHE S/L	LENTEJAS C/ARROZ INT TORTILLA DE JAMÓN C/ENSALADA FRUTA	CREMA ZANAHORIA JAMONCITOS ASADOS CON PATATAS YOGUR S/L O SOJA
21	22	23	24	25
MACARR. INT C/ATUN TORTILLA BROCOLI C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	J. BLANCAS C/VERDURA VENTRESCA C/ENSALADA FRUTA	PURÉ VERDURAS POLLO EN SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE S/L	ARROZ CON TOMATE SALCHICHAS C/ENSALADA YOGUR S/L O SOJA	SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA
28	29	30	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 Todos los menús van acompañados de pan y agua	
SOPA DE MARISCO LACÓN A LA GALLEGA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	ESPIRALES C/TOMATE VENTRESCA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	LENTEJAS C/CHORIZO TORTILLA DE PAVO C/ENSALADA FRUTA		

MENÚ SIN CERDO



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	
	FESTIVO	ESPAGUETIS C/VERDURA TORTILLA BONITO ENSALADA MELOCOTÓN EN A.	PURE VERDURAS JAMONCITOS DE POLLO C/PATATAS YOGUR	J.BLANCAS HORTELANAS MERLUZA C/ENSALADA FRUTA
7	8	9	10	11
MENESTRA REHOGADA TERNERA SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	SOPA COCIDO DE POLLO COCIDO DE POLLO FRUTA	FESTIVO	CREMA CALABAZA ECO FTE POLLO CAMPERO EN SALSA C/PATATAS YOGUR	J.PINTAS C/VERDURA TORTILLA ESPAÑOLA C/VERDURA FRUTA
14	15	16	17	18
PATATAS C/VERDURA MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS FRUTA Y LECHE	BRÓCOLI REHOGADO HAMBURGUESA CON PATATAS FRUTA	FIDEUA VALENCIANA GALLO ANDALUZA C/VERDURA FRUTA Y LECHE	LENTEJAS C/ARROZ INT TORTILLA DE PATATA C/ENSALADA FRUTA	CREMA ZANAHORIA JAMONCITOS ASADOS CON PATATAS YOGUR
21	22	23	24	25
MACARR. INT C/ATUN TORTILLA BROCOLI C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	J. BLANCAS C/VERDURA VENTRESCA C/ENSALADA FRUTA	PURÉ VERDURAS POLLO EN SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	ARROZ CON TOMATE EMPANADILLAS C/ENSALADA YOGUR	SOPA COCIDO DE POLLO COCIDO DE POLLO FRUTA
28	29	30	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 Todos los menús van acompañados de pan y agua	
SOPA DE MARISCO FTE POLLO PLANCHA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	ESPIRALES C/TOMATE VENTRESCA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	LENTEJAS C/VERDURA TORTILLA DE PAVO C/ENSALADA FRUTA		



MENÚS PARA ALERGIAS E INTOLERANCIAS



MENÚ SIN LEGUMBRES: INCLUIDO JUDÍAS VERDES, GUISANTES Y SOJA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1		2	3	4
	FESTIVO	ESPAGUETIS C/VERDURA TORTILLA BONITO ENSALADA MELOCOTÓN EN A.	PURE VERDURAS JAMONCITOS DE POLLO C/PATATAS YOGUR	PATATAS HORTELANAS MERLUZA C/ENSALADA FRUTA
7	8	9	10	11
CREMA CALABACIN CINTA DE LOMO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	SOPA DE AVE ESTOF. POLLO Y TERNERA FRUTA	FESTIVO	CREMA CALABAZA ECO FTE POLLO CAMPERO EN SALSA C/PATATAS YOGUR	ESPIRALES C/TOMATE TORTILLA ESPAÑOLA C/VERDURA FRUTA
14	15	16	17	18
PATATAS RIOJANA MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS FRUTA Y LECHE	BRÓCOLI REHOGADO CARRILLADA EN SALSA CON PATATAS FRUTA	CODITOS C/TOMATE GALLO ANDALUZA C/VERDURA FRUTA Y LECHE	ARROZ INT C/VERDURA TORTILLA DE JAMÓN C/ENSALADA FRUTA	CREMA ZANAHORIA JAMONCITOS ASADOS CON PATATAS YOGUR
21	22	23	24	25
MACARR. INT C/ATUN TORTILLA BROCOLI C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	PATATAS C/VERDURA VENTRESCA C/ENSALADA FRUTA	PURÉ VERDURAS POLLO EN SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	ARROZ CON TOMATE SALCHICHAS C/ENSALADA YOGUR	SOPA DE AVE ESTOF. POLLO Y TERNERA FRUTA
28	29	30	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 Todos los menús van acompañados de pan y agua	
SOPA DE MARISCO LACÓN A LA GALLEGA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	ESPIRALES C/TOMATE VENTRESCA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	ARROZ C/VERDURA TORTILLA DE PATATA C/ENSALADA FRUTA		



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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1		2	3	4
	FESTIVO	ESPAGUETIS C/VERDURA TORTILLA DE PAVO ENSALADA MELOCOTÓN EN A.	PURE VERDURAS JAMONCITOS DE POLLO C/PATATAS YOGUR	J.BLANCAS HORTELANAS HAMBURGUESA C/ENSALADA FRUTA
7	8	9	10	11
MENESTRA REHOGADA CINTA DE LOMO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA	FESTIVO	CREMA CALABAZA ECO FTE POLLO CAMPERO EN SALSA C/PATATAS YOGUR	J.PINTAS C/CHORIZO TORTILLA ESPAÑOLA C/VERDURA FRUTA
14	15	16	17	18
PATATAS RIOJANA RAGOUT DE POLLO EN SALSA FRUTA Y LECHE	BRÓCOLI REHOGADO CARRILLADA EN SALSA CON PATATAS FRUTA	CODITOS C/TOMATE TERNERA SALSA FRUTA Y LECHE	LENTEJAS C/ARROZ INT TORTILLA DE JAMÓN C/ENSALADA FRUTA	CREMA ZANAHORIA JAMONCITOS ASADOS CON PATATAS YOGUR
21	22	23	24	25
MACARR. INT C/TOMATE TORTILLA BROCOLI C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	J. BLANCAS C/VERDURA LOMO SALSA C/ENSALADA FRUTA	PURÉ VERDURAS POLLO EN SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	ARROZ CON TOMATE SALCHICHAS C/ENSALADA YOGUR	SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA
28	29	30	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 Todos los menús van acompañados de pan y agua	
SOPA DE AVE LACÓN A LA GALLEGA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	ESPIRALES C/TOMATE TERNERA SALSA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	LENTEJAS C/CHORIZO TORTILLA DE PAVO C/ENSALADA FRUTA		