comedores Blanco

MENÚS PARA ALERGIAS E INTOLERANCIAS 11.NOVIEMBRE PERÚ

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

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
3 NO LECTIVO	4 J. BLANCAS CON CHORIZO TORTILLA DE BRÓCOLI C/ENSALADA FRUTA	5 ARROZ CON POLLO BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	6 PURÉ DE CALABAZA POLLO ASADO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	7 MACARRONES NAPOLITANA MERLUZA EN SALSA C/VERDURAS YOGUR
10 FESTIVO	11 ARROZ CON TOMATE RAPE A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	12 J. VERDES REHOGADAS CARRILLADA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	13 CODITOS A LA ITALIANA BACALAO SALSA MURCIANA C/ENSALADA YOGUR	14 SOPA LEBANIEGA COCIDO LEBANIEGO FRUTA
17 PURÉ DE CALABAZA 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 YLECHE	20 J. BLANCAS HORTELANAS ABADEJO A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	21 CREMA DE CALABACÍN CTA. LOMO ADOBADA C/PATATAS YOGUR
24 J. BLANCAS ESTOFADAS TORTILLA DE PATATA CON HUEVO CAMPERO C/ENSALADA FRUTA	25 PATATAS C/ COSTILLAS TORTILLA DE BONITO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	26 MENESTRA REHOGADA MAZA ASADA C/PATATA FRUTA Y LECHE	27 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA	28 ARROZ TRES DELICIAS VENTRESCA EN SALSA C/VERDURAS YOGUR

COCINA TRADICIONAL

SIN PRECOCINADOS

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

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
3 NO LECTIVO	4 J. BLANCAS CON CHORIZO RAGOUT POLLO C/ZANAHORIA Y CHAMPIÑON FRUTA	5 ARROZ CON POLLO BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	6 PURÉ DE CALABAZA POLLO ASADO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	7 MACARRONES NAPOLITANA MERLUZA EN SALSA C/VERDURAS YOGUR
10 FESTIVO	11 ARROZ CON TOMATE RAPE A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	12 J. VERDES REHOGADAS CARRILLADA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	13 CODITOS A LA ITALIANA BACALAO SALSA MURCIANA C/ENSALADA YOGUR	14 SOPA LEBANIEGA COCIDO LEBANIEGO FRUTA
17 PURÉ DE CALABAZA 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 YLECHE	20 J. BLANCAS HORTELANAS ABADEJO A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	21 CREMA DE CALABACÍN CTA. LOMO ADOBADA C/PATATAS YOGUR
24 LENTEJAS ECO CASERAS CTA LOMO SALSA C/ENSALADA FRUTA	25 PATATAS C/ COSTILLAS FILETE DE POLLO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	26 MENESTRA REHOGADA MAZA ASADA C/PATATA 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

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

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
3 NO LECTIVO	4 J. BLANCAS CON CHORIZO TORTILLA DE BRÓCOLI C/ENSALADA FRUTA	5 ARROZ CON POLLO BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE SL O SOJA	6 PURÉ DE CALABAZA POLLO ASADO C/PATATAS FRUTA Y LECHE SL O SOJA	7 MACARRONES NAPOLITANA MERLUZA EN SALSA C/VERDURAS YOGUR SL O SOJA
10 FESTIVO	11 ARROZ CON TOMATE RAPE A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE SL O SOJA	12 J. VERDES REHOGADAS CARRILLADA 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
17 PURÉ DE CALABAZA 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 CTA. LOMO ADOBADA C/PATATAS YOGUR SL O SOJA
24 LENTEJAS ECO CASERAS TORTILLA DE PATATA CON HUEVO CAMPERO C/ENSALADA FRUTA	25 PATATAS C/ COSTILLAS TORTILLA DE BONITO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE SL O SOJA	26 MENESTRA REHOGADA MAZA ASADA C/PATATA 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

COCINA TRADICIONAL

SIN PRECOCINADOS

MENÚ SIN CERDO

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
3 NO LECTIVO	4 J. BLANCAS C/VERDURAS TORTILLA DE BRÓCOLI C/ENSALADA FRUTA	5 ARROZ CON POLLO BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	6 PURÉ DE CALABAZA POLLO ASADO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	7 MACARRONES NAPOLITANA MERLUZA EN SALSA C/VERDURAS YOGUR
10 FESTIVO	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 PURÉ DE CALABAZA 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 YLECHE	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 C/VERDURAS TORTILLA DE PATATA CON HUEVO CAMPERO C/ENSALADA FRUTA	25 PATATAS HORTELANAS TORTILLA DE BONITO 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

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.

comedores Blanco

MENÚS PARA ALERGIAS E INTOLERANCIAS 11.NOVIEMBRE

MENÚ SIN LEGUMBRES: INCLUIDO JUDÍAS VERDES, GUISANTES Y SOJA

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
3 NO LECTIVO	4 SOPA MENUDILLOS TORTILLA DE BRÓCOLI C/ENSALADA FRUTA	5 ARROZ CON POLLO BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	6 PURÉ DE CALABAZA POLLO ASADO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	7 MACARRONES NAPOLITANA MERLUZA EN SALSA C/VERDURAS YOGUR
10 FESTIVO	11 ARROZ CON TOMATE RAPE A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	12 CREMA PARMENTIER CARRILLADA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	13 CODITOS A LA ITALIANA BACALAO SALSA MURCIANA C/ENSALADA YOGUR	14 SOPA AVE ESTOFADO POLLO Y TERNERA FRUTA
17 PURÉ DE CALABAZA CABALLA C/TOMATE Y VERDURAS FRUTA Y LECHE	18 CREMA ZANAHORIA Y PUERRO TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA FRUTA	19 SOPA DE PESCADO POLLO AL HORNO C/PATATAS FRUTA YLECHE	20 ARROZ C/VERDURAS ABADEJO A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	21 CREMA DE CALABACÍN CTA. LOMO ADOBADA C/PATATAS YOGUR
24 SOPA MENUDILLOS TORTILLA DE PATATA CON HUEVO CAMPERO C/ENSALADA FRUTA	25 PATATAS C/ COSTILLAS TORTILLA DE BONITO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	26 CREMA CALABAZA MAZA ASADA C/PATATA FRUTA Y LECHE	27 SOPA AVE ESTOFADO POLLO Y TERNERA FRUTA	28 ARROZ C/VERDURAS ASADAS VENTRESCA EN SALSA C/VERDURAS YOGUR

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

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
3 NO LECTIVO	4 J. BLANCAS CON CHORIZO TORTILLA DE BRÓCOLI C/ENSALADA FRUTA	5 ARROZ CON POLLO HAMBURG TERNERA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	6 PURÉ DE CALABAZA POLLO ASADO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	7 MACARRONES INT NAPOLITANA CTA LOMO EN SALSA C/VERDURAS YOGUR
10 FESTIVO	11 ARROZ CON TOMATE LACON A LA PLANCHA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	12 J. VERDES REHOGADAS CARRILLADA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	13 FIDEUA DE VERDURAS TERNERA SALSA YOGUR	14 SOPA LEBANIEGA COCIDO LEBANIEGO FRUTA
17 PURÉ DE CALABAZA LOMO SALSA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	18 J. PINTAS C/ARROZ INT. TORTILLA DE PAVO C/ENSALADA FRUTA	19 SOPA DE MENUDILLOS POLLO AL HORNO C/PATATAS FRUTA YLECHE	20 J. BLANCAS HORTELANAS HAMB TERNERA C/ENSALADA FRUTA	21 CREMA DE CALABACÍN CTA. LOMO ADOBADA C/PATATAS YOGUR
24 LENTEJAS ECO CASERAS TORTILLA DE PATATA CON HUEVO CAMPERO C/ENSALADA FRUTA	25 PATATAS C/ COSTILLAS TORTILLA DE PAVO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	26 MENESTRA REHOGADA MAZA ASADA C/PATATA FRUTA Y LECHE	27 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA	28 ARROZ TRES DELICIAS RAGOUT POLLO SALSA C/PIMI YOGUR

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 .