

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 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6	LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
FESTIVO	J. VERDES REHOGADAS CARRILLADA C/ PATATAS COCIDA FRUTA Y LECHE	ARROZ CON TOMATE BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ENSALADA YOGUR	J. BLANCAS CON CHORIZO TORTILLA DE BRÓCOLI C/ENSALADA FRUTA	MACARRONES NAPOLITANA VENTRESCA EN SALSA C/VERDURAS Y ENSALADA FRUTA Y LECHE	FESTIVO	J. VERDES REHOGADAS CARRILLADA C/ PATATAS COCIDA FRUTA Y LECHE	ARROZ CON TOMATE BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ENSALADA YOGUR	J. BLANCAS CON CHORIZO LOMO EN SALSA C/ENSALADA FRUTA	MACARRONES NAPOLITANA VENTRESCA EN SALSA C/VERDURAS Y ENSALADA FRUTA Y LECHE
J. PINTAS HORTELANAS TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA FRUTA	ARROZ MURCIANO MERLUZA EN SALSA MURCIANA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	CREMA ZANAHORIA Y PUERRO POLLO ASADO C/ PATATAS ASADAS YOGUR	PATATAS ESTOFADAS ABADEJO A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	LENTEJAS HORTELANAS POLLO PLANCHA CON ENSALADA FRUTA	ARROZ MURCIANO MERLUZA EN SALSA MURCIANA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	CREMA ZANAHORIA Y PUERRO POLLO ASADO C/ PATATAS ASADAS YOGUR	PATATAS ESTOFADAS ABADEJO A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA
PATATAS CON MAGRO LIRIO A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	J. PINTAS ESTOFADAS TORTILLA DE PAVO C/ENSALADA FRUTA	MACARRONES CON BACON SALMON AL HORNO C/ENSALADA YOGUR	ARROZ TRES DELICIAS ESTOFADO DE SOJA CON VERDURAS FRUTA	CREMA DE CALABACIN LOMO ADOBADO EN SALSA C/ PATATAS AL HORNO FRUTA Y LECHE	PATATAS CON MAGRO LIRIO A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	J. PINTAS ESTOFADAS HAMB TERNERA C/ENSALADA FRUTA	MACARRONES CON BACON SALMON AL HORNO C/ENSALADA YOGUR	ARROZ C/VERDURAS ASADAS ESTOFADO DE SOJA CON VERDURAS FRUTA	CREMA DE CALABACIN LOMO ADOBADO EN SALSA C/ PATATAS AL HORNO FRUTA Y LECHE
JUDIAS BLANCAS C/VERDURAS TORTILLA PATATA C/HUEVO CAMPERO C/ENSALADA FRUTA	MENESTRA REHOGADA FTE POLLO EN SALSA C/PATATA ASADA FRUTA Y LECHE	PATATAS C/CHORIZO CROQUETAS DE ATÚN C/ENSALADA YOGUR	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	ARROZ C/TOMATE MERLUZA EN SALSA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	LENTEJAS ECO C/VERDURAS TERNERA EN SALSA C/ENSALADA FRUTA	MENESTRA REHOGADA FTE POLLO EN SALSA C/PATATA ASADA FRUTA Y LECHE	PATATAS C/CHORIZO CROQUETAS DE ATÚN C/ENSALADA YOGUR	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	ARROZ C/TOMATE MERLUZA EN SALSA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE
BROCOLI REHOGADO FTE RUSO CASERO C/PATATA ASADA FRUTA Y LECHE				 COCINA TRADICIONAL SIN PRECOCINADOS	BROCOLI REHOGADO FTE RUSO CASERO C/PATATA ASADA FRUTA Y LECHE				 COCINA TRADICIONAL SIN PRECOCINADOS
MENÚ SIN LACTOSA: SE COCINA C/LECHE S/LACTOSA. MENÚ SIN PROT. LECHE: SE SUSTITUYE POR BEBIDA SOJA					MENÚ SIN CERDO				
LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6	LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
FESTIVO	J. VERDES REHOGADAS CARRILLADA C/ PATATAS COCIDA FRUTA Y LECHE SL O SOJA	ARROZ CON TOMATE BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ENSALADA YOGUR SL O SOJA	J. BLANCAS CON CHORIZO TORTILLA DE BRÓCOLI C/ENSALADA FRUTA	MACARRONES INT NAPOLITANA VENTRESCA EN SALSA C/VERDURAS Y ENSALADA FRUTA Y LECHE SL O SOJA	FESTIVO	J. VERDES REHOGADAS TERNERA SALSA C/ PATATAS COCIDA FRUTA Y LECHE	ARROZ CON TOMATE BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ENSALADA YOGUR	J. BLANCAS CON VERDURAS TORTILLA DE BRÓCOLI C/ENSALADA FRUTA	MACARRONES INT NAPOLITANA VENTRESCA EN SALSA C/VERDURAS Y ENSALADA FRUTA Y LECHE
LENTEJAS HORTELANAS TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA FRUTA	ARROZ MURCIANO MERLUZA EN SALSA MURCIANA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE SL O SOJA	CREMA ZANAHORIA Y PUERRO POLLO ASADO C/ PATATAS ASADAS YOGUR SL O SOJA	PATATAS ESTOFADAS ABADEJO A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE SL O SOJA	SOPA DE COCIDO INT COCIDO COMPLETO FRUTA	LENTEJAS HORTELANAS TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA FRUTA	ARROZ MURCIANO MERLUZA EN SALSA MURCIANA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	CREMA ZANAHORIA Y PUERRO POLLO ASADO C/ PATATAS ASADAS YOGUR	PATATAS ESTOFADAS ABADEJO A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	SOPA COCIDO DE POLLO COCIDO DE POLLO FRUTA
PATATAS CON MAGRO LIRIO A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE SL O SOJA	J. PINTAS ESTOFADAS TORTILLA DE PAVO C/ENSALADA FRUTA	MACARRONES INT CON BACON SALMON AL HORNO C/ENSALADA YOGUR SL O SOJA	ARROZ TRES DELICIAS ESTOFADO DE SOJA CON VERDURAS FRUTA	CREMA DE CALABACIN LOMO ADOBADO EN SALSA C/ PATATAS AL HORNO FRUTA Y LECHE SL O SOJA	PATATAS HORTELANAS LIRIO A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	J. PINTAS ESTOFADAS TORTILLA DE PAVO C/ENSALADA FRUTA	MACARRONES INT CON TOMATE SALMON AL HORNO C/ENSALADA YOGUR	ARROZ TRES DELICIAS ESTOFADO DE SOJA CON VERDURAS FRUTA	CREMA DE CALABACIN RAGOUT POLLO SALSA C/PATATAS AL HORNO FRUTA Y LECHE
LENTEJAS ECO C/VERDURAS TORTILLA DE PATATA CON HUEVO CAMPERO C/ENSALADA FRUTA	MENESTRA REHOGADA FTE POLLO EN SALSA C/PATATA ASADA FRUTA Y LECHE SL O SOJA	PATATAS C/CHORIZO CROQUETAS DE ATÚN O HAMB TERNERA C/ENSALADA YOGUR SL O SOJA	SOPA DE COCIDO INT COCIDO COMPLETO FRUTA	ARROZ C/TOMATE MERLUZA EN SALSA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE SL O SOJA	LENTEJAS ECO C/VERDURAS TORTILLA DE PATATA CON HUEVO CAMPERO C/ENSALADA FRUTA	MENESTRA REHOGADA FTE POLLO EN SALSA C/PATATA ASADA FRUTA Y LECHE	PATATAS C/VERDURAS CROQUETAS DE ATÚN C/ENSALADA YOGUR	SOPA COCIDO DE POLLO COCIDO DE POLLO FRUTA	ARROZ C/TOMATE MERLUZA EN SALSA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE
BROCOLI REHOGADO FTE RUSO CASERO C/PATATA ASADA FRUTA Y LECHE SL O SOJA				 COCINA TRADICIONAL SIN PRECOCINADOS	BROCOLI REHOGADO FTE RUSO CASERO C/PATATA ASADA FRUTA Y LECHE				 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. To dos 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 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
FESTIVO	CREMA CALABAZA CARRILLADA C/ PATATAS COCIDA FRUTA Y LECHE	ARROZ CON TOMATE BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ENSALADA YOGUR	SOPA AVE TORTILLA DE BRÓCOLI C/ENSALADA FRUTA	MACARRONES NAPOLITANA VENTRESCA EN SALSA C/VERDURAS Y ENSALADA FRUTA Y LECHE
9	10	11	12	13
ESPIRALES C/A Y OREGANO TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA FRUTA	ARROZ MURCIANO MERLUZA EN SALSA MURCIANA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	CREMA ZANAHORIA Y PUERRO POLLO ASADO C/ PATATAS ASADAS YOGUR	PATATAS ESTOFADAS ABADEJO A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	SOPA DE MENUDILLOS ESTOF POLLO Y TERNERA FRUTA
16	17	18	19	20
PATATAS CON MAGRO LIRIO A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	SOPA AVE TORTILLA DE PATATA C/ENSALADA FRUTA	MACARRONES CON TOMATE SALMON AL HORNO C/ENSALADA YOGUR	ARROZ C/VERDURAS ASADAS TERNERA SALSA FRUTA	CREMA DE CALABACIN LOMO ADOBADO EN SALSA C/ PATATAS AL HORNO FRUTA Y LECHE
23	24	25	26	27
CODITOS C/ACEITE Y OREGANO TORTILLA DE PATATA CON HUEVO CAMPERO C/ENSALADA FRUTA	PURE VERDURAS FTE POLLO EN SALSA C/PATATA ASADA FRUTA Y LECHE	PATATAS C/CHORIZO CROQUETAS DE ATÚN C/ENSALADA YOGUR	SOPA DE MENUDILLOS ESTOF POLLO Y TERNERA FRUTA	ARROZ C/TOMATE MERLUZA EN SALSA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE
30				
BROCOLI REHOGADO FTE RUSO CASERO C/PATATA ASADA FRUTA Y LECHE				 COCINA TRADICIONAL  SIN PRECOCCINADOS
LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
FESTIVO	J. VERDES REHOGADAS CARRILLADA C/ PATATAS COCIDA FRUTA Y LECHE	ARROZ CON TOMATE FTE POLLO A LA PLANCHA C/ENSALADA YOGUR	J. BLANCAS CON CHORIZO TORTILLA DE BRÓCOLI C/ENSALADA FRUTA	MACARRONES INT NAPOLITANA HAMB TERNERA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE
9	10	11	12	13
LENTEJAS HORTELANAS TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA FRUTA	ARROZ MURCIANO CTA LOMO EN SALSA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	CREMA ZANAHORIA Y PUERRO POLLO ASADO C/ PATATAS ASADAS YOGUR	PATATAS ESTOFADAS TERNERA SALSA FRUTA Y LECHE	SOPA DE COCIDO INT COCIDO COMPLETO FRUTA
16	17	18	19	20
PATATAS CON MAGRO POLLO A LA PLANCHA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	J. PINTAS ESTOFADAS TORTILLA DE PAVO C/ENSALADA FRUTA	MACARRONES INT CON BACON LACON A LA PLANCHA C/ENSALADA YOGUR	ARROZ TRES DELICIAS ESTOFADO DE SOJA CON VERDURAS FRUTA	CREMA DE CALABACIN LOMO ADOBADO EN SALSA C/ PATATAS AL HORNO FRUTA Y LECHE
23	24	25	26	27
LENTEJAS ECO C/VERDURAS TORTILLA DE PATATA CON HUEVO CAMPERO C/ENSALADA FRUTA	MENESTRA REHOGADA FTE POLLO EN SALSA C/PATATA ASADA FRUTA Y LECHE	PATATAS C/CHORIZO CROQUETAS DE POLLO C/ENSALADA YOGUR	SOPA DE COCIDO INT COCIDO COMPLETO FRUTA	ARROZ C/TOMATE RAGOUT POLLO C/ZANAH Y CHAMP FRUTA Y LECHE
30				
BROCOLI REHOGADO FTE RUSO CASERO C/PATATA ASADA FRUTA Y LECHE				 COCINA TRADICIONAL  SIN PRECOCCINADOS

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), 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. To dos los menús van acompañados de pan y agua.