

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	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
 COCINA TRADICIONAL SIN PRECOCINADOS		1 GARBANZOS C/VERDURAS TORTILLA DE PATATAS C/ ENSALADA FRUTA	2 PATATAS C/VERDURAS POLLO PLANCHA C/ENSALADA YOGUR	3 MENÚ GASTRONÓMICO	 COCINA TRADICIONAL SIN PRECOCINADOS		1 LENTEJAS CON CHORIZO TERNERA SALSA C/ ENSALADA FRUTA	2 PATATAS C/VERDURAS POLLO PLANCHA C/ENSALADA YOGUR	3 MENÚ GASTRONÓMICO
6 JUDÍAS VERDES C/ TOMATE CINTA DE LOMO C/ PATATAS FRUTA Y LECHE	7 CODITOS A LA NAPOLITANA BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	8 MENÚ SOSTENIBLE PURÉ DE VERDURAS ECO TORTILLA DE BONITO C/ HUEVO CAMPERO Y ENSALADA FRUTA Y LECHE	9 PATATAS CHORICERAS BACALAO C/TOMATE YOGUR	10 DÍA DE LA HISPANIDAD JUDÍAS PINTAS C/ ARROZ POLLO A LA CUBANA C/ CHAMPIÑÓN FRUTA	6 JUDÍAS VERDES C/ TOMATE CINTA DE LOMO C/ PATATAS FRUTA Y LECHE	7 CODITOS A LA NAPOLITANA BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	8 MENÚ SOSTENIBLE PURÉ DE VERDURAS ECO POLLO PLANCHA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	9 PATATAS CHORICERAS BACALAO C/TOMATE YOGUR	10 DÍA DE LA HISPANIDAD JUDÍAS PINTAS C/ ARROZ POLLO A LA CUBANA C/ CHAMPIÑÓN FRUTA
13 NO LECTIVO	14 ARROZ CON TOMATE ALBONDIGAS DE POLLO EN SALSA CON VERDURAS FRUTA Y LECHE	15 MACARRONES C/ TOMATE MERLUZA EN SALSA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	16 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	17 CREMA DE VERDURAS TORTILLADE CHORIZO C/ENSALADA YOGUR	13 NO LECTIVO	14 ARROZ CON TOMATE ALBONDIGAS DE POLLO EN SALSA CON VERDURAS FRUTA Y LECHE	15 MACARRONES C/ TOMATE MERLUZA EN SALSA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	16 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	17 CREMA DE VERDURAS RAGOUT DE POLLO CON VERDURAS YOGUR
20 JUDÍAS BLANCAS C/ VERDURAS LIMANDA ANDALUZA C/ ENSALADA FRUTA	21 ESPIRALES A LA ITALIANA TORTILLA DE J. YORK C/ ENSALADA FRUTA Y LECHE	22 PATATAS CARNICERAS RAPE C/ ENSALADA FRUTA Y LECHE	23 CREMA DE PUERROS POLLO ASADO C/PATATAS. FRUTA Y LECHE.	24 ARROZ / VERDURAS MAGRO C/ TOMATE Y VERDURAS YOGUR	20 LENTEJAS HORTELANAS LIMANDA ANDALUZA C/ ENSALADA FRUTA	21 ESPIRALES A LA ITALIANA LOMO SALSA FRUTA Y LECHE	22 PATATAS CARNICERAS RAPE C/ ENSALADA FRUTA Y LECHE	23 CREMA DE PUERROS POLLO ASADO C/PATATAS. FRUTA Y LECHE.	24 ARROZ / VERDURAS MAGRO C/ TOMATE Y VERDURAS YOGUR
27 BROCOLI REHOGADO ABADEJO A LA ANDALUZA C/PATATA FRUTA Y LECHE	28 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	29 MACARRONES CON TOMATE RAGOUT DE POLLO C/ VERDURAS Y PATATAS FRUTA Y LECHE	30 JUDÍAS BLANCAS C/ VERDURAS TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA FRUTA	31 PATATAS C/CALAMAR CROQUETAS DE JAMÓN C/ENSALADA YOGUR	27 BROCOLI REHOGADO ABADEJO A LA ANDALUZA C/PATATA FRUTA Y LECHE	28 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	29 MACARRONES CON TOMATE RAGOUT DE POLLO C/ VERDURAS Y PATATAS FRUTA Y LECHE	30 JUDÍAS BLANCAS C/ VERDURAS TERNERA EN SALSA FRUTA	31 PATATAS C/CALAMAR CROQUETAS DE JAMÓN C/ENSALADA YOGUR
MENÚ SIN LACTOSA: SE COCINA C/LECHE S/LACTOSA, PROT. LECHE: SE SUSTITUYE POR BEBIDA SOJA					MENÚ SIN CERDO				
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
 COCINA TRADICIONAL SIN PRECOCINADOS		1 LENTEJAS CASERAS TORTILLA DE PATATAS C/ ENSALADA FRUTA	2 PATATAS C/VERDURAS POLLO PLANCHA C/ENSALADA YOGUR SL O SOJA	3 MENÚ GASTRONÓMICO	 COCINA TRADICIONAL SIN PRECOCINADOS		1 LENTEJAS HORTELANA TORTILLA DE PATATAS C/ ENSALADA FRUTA	2 PATATAS C/VERDURAS POLLO PLANCHA C/ENSALADA YOGUR	3 MENÚ GASTRONÓMICO
6 JUDÍAS VERDES C/ TOMATE CINTA DE LOMO C/ PATATAS FRUTA Y LECHE SL O SOJA	7 CODITOS A LA NAPOLITANA BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE SL O SOJA	8 MENÚ SOSTENIBLE PURÉ DE VERDURAS ECO TORTILLA DE BONITO C/ HUEVO CAMPERO Y ENSALADA FRUTA Y LECHE SL O SOJA	9 PATATAS CHORICERAS BACALAO C/TOMATE YOGUR SL O SOJA	10 DÍA DE LA HISPANIDAD JUDÍAS PINTAS C/ ARROZ POLLO A LA CUBANA C/ CHAMPIÑÓN FRUTA	6 JUDÍAS VERDES C/ TOMATE RAGOUT DE POLLO EN SALSA C/ PATATAS FRUTA Y LECHE	7 CODITOS A LA NAPOLITANA BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	8 MENÚ SOSTENIBLE PURÉ DE VERDURAS ECO TORTILLA DE BONITO C/ HUEVO CAMPERO Y ENSALADA FRUTA Y LECHE	9 PATATAS CON VERDURAS BACALAO C/TOMATE YOGUR	10 DÍA DE LA HISPANIDAD JUDÍAS PINTAS C/ ARROZ POLLO A LA CUBANA C/ CHAMPIÑÓN FRUTA
13 NO LECTIVO	14 ARROZ CON TOMATE ALBONDIGAS DE POLLO EN SALSA CON VERDURAS FRUTA Y LECHE SL O SOJA	15 MACARRONES . C/ TOMATE MERLUZA EN SALSA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE SL O SOJA	16 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	17 CREMA DE VERDURAS TORTILLADE CHORIZO C/ENSALADA YOGUR SL O SOJA	13 NO LECTIVO	14 ARROZ CON TOMATE ALBONDIGAS DE POLLO EN SALSA CON VERDURAS FRUTA Y LECHE	15 MACARRONES C/ TOMATE MERLUZA EN SALSA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	16 SOPA DE COCIDO POLLO COCIDO POLLO FRUTA	17 CREMA DE VERDURAS TORTILLA DE PATATAS C/ENSALADA YOGUR
20 LENTEJAS HORTELANAS LIMANDA ANDALUZA C/ ENSALADA FRUTA	21 ESPIRALES A LA ITALIANA TORTILLA DE J. YORK C/ ENSALADA FRUTA Y LECHE SL O SOJA	22 PATATAS CARNICERAS RAPE C/ ENSALADA FRUTA Y LECHE SL O SOJA	23 CREMA DE PUERROS POLLO ASADO C/PATATAS. FRUTA Y LECHE SL O SOJA	24 ARROZ / VERDURAS MAGRO C/ TOMATE Y VERDURAS YOGUR SL O SOJA	20 LENTEJAS HORTELANAS LIMANDA ANDALUZA C/ ENSALADA FRUTA	21 ESPIRALES A LA ITALIANA TORTILLA DE PAVO C/ ENSALADA FRUTA	22 PATATAS CON VERDURAS RAPE C/ ENSALADA FRUTA Y LECHE	23 CREMA DE PUERROS POLLO ASADO C/PATATAS. FRUTA Y LECHE.	24 ARROZ / VERDURAS TERNERA EN SALSA CON VERDURAS YOGUR
27 BROCOLI REHOGADO ABADEJO A LA ANDALUZA C/PATATA FRUTA Y LECHE SL O SOJA	28 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	29 MACARRONES CON TOMATE RAGOUT DE POLLO C/ VERDURAS Y PATATAS FRUTA Y LECHE SL O SOJA	30 JUDÍAS BLANCAS C/ VERDURAS TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA FRUTA	31 PATATAS C/CALAMAR CROQUETAS DE JAMÓN O HAMBURGUESA TERNERA C/ENSALADA YOGUR SL O SOJA	27 BROCOLI REHOGADO ABADEJO A LA ANDALUZA C/PATATA FRUTA Y LECHE	28 SOPA DE COCIDO POLLO COCIDO POLLO FRUTA	29 MACARRONES CON TOMATE RAGOUT DE POLLO C/ VERDURAS Y PATATAS FRUTA Y LECHE	30 JUDÍAS BLANCAS C/ VERDURAS TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA FRUTA	31 PATATAS C/CALAMAR CROQUETAS DE POLLO C/ENSALADA 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.
 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 10. OCTUBRE

MENÚ SIN LEGUMBRES: INCLUIDO JUDÍAS VERDES, GUISANTES Y SOJA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
 COCINA TRADICIONAL SIN PRECOCINADOS		1 SOPA DE MENUDILLOS TORTILLA DE PATATAS C/ ENSALADA FRUTA	2 PATATAS C/VERDURAS POLLO PLANCHA C/ENSALADA YOGUR	MENÚ GASTRONÓMICO 3 ARROZ CON VERDURAS RAPE A LA ASTURIANA FRUTA
6 CREMA DE CALABAZA CINTA DE LOMO C/ PATATAS FRUTA Y LECHE	7 CODITOS A LA NAPOLITANA BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	8 MENÚ SOSTENIBLE PURÉ DE VERDURAS ECO TORTILLA DE BONITO C/ HUEVO CAMPERO Y ENSALADA FRUTA Y LECHE	9 PATATAS CHORICERAS BACALAO C/TOMATE YOGUR	10 DÍA DE LA HISPANIDAD SOPA DE AVE POLLO A LA CUBANA C/ CHAMPINÓN FRUTA
13 NO LECTIVO	14 ARROZ CON TOMATE ALBONDIGAS EN SALSA CON VERDURAS FRUTA Y LECHE	15 MACARRONES C/ TOMATE MERLUZA EN SALSA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	16 SOPA DE AVE ESTOFADO POLLO TERNERA FRUTA	17 CREMA DE VERDURAS TORTILLA CHORIZO C/ENSALADA YOGUR
20 SOPA MENUDILLOS LIMANDA ANDALUZA C/ ENSALADA FRUTA	21 ESPIRALES A LA ITALIANA TORTILLA DE JAMÓN YORK FRUTA Y LECHE	22 PATATAS CARNICERAS RAPE C/ ENSALADA FRUTA Y LECHE	23 CREMA DE PUERROS POLLO ASADO C/PATATAS. FRUTA Y LECHE.	24 ARROZ / VERDURAS MAGRO C/ TOMATE Y VERDURAS YOGUR
27 BROCOLI REHOGADO ABADEJO A LA ANDALUZA C/PATATA FRUTA Y LECHE	28 SOPA DE AVE ESTOFADO POLLO TERNERA FRUTA	29 MACARRONES CON TOMATE RAGOUT DE POLLO C/ VERDURAS Y PATATAS FRUTA Y LECHE	30 ARROZ C/ VERDURAS TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA FRUTA	31 PATATAS C/CALAMAR CROQUETAS DE JAMÓN C/ENSALADA YOGUR
MENÚ SIN PESCADO NI MARISCO: EN ALERGIA SOLO A MARISCO NO SE RETIRA PESCADO				
 COCINA TRADICIONAL SIN PRECOCINADOS		1 LENTEJAS CON CHORIZO TORTILLA DE PATATAS C/ ENSALADA FRUTA	2 PATATAS C/VERDURAS POLLO PLANCHA C/ENSALADA YOGUR	MENÚ GASTRONÓMICO 3 FABADA ASTURIANA LACON A LA PLANCHA FRUTA
6 JUDÍAS VERDES C/ TOMATE CINTA DE LOMO C/ PATATAS FRUTA Y LECHE	7 CODITOS A LA NAPOLITANA TERNERA SALSA FRUTA Y LECHE	8 MENÚ SOSTENIBLE PURÉ DE VERDURAS ECO TORTILLA PATATA C/HUEVO CAMP ENSALADA FRUTA Y LECHE	9 PATATAS CHORICERAS HAMBURGUESA DE TERNERA CON VERDURAS YOGUR	10 DÍA DE LA HISPANIDAD JUDÍAS PINTAS C/ ARROZ . POLLO A LA CUBANA C/ CHAMPINÓN FRUTA
13 NO LECTIVO	14 ARROZ CON TOMATE ALBONDIGAS DE POLLO EN SALSA CON VERDURAS FRUTA Y LECHE	15 MACARRONES C/TOMATE LOMO SALSA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	16 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	17 CREMA DE VERDURAS TORTILLADE CHORIZO C/ENSALADA YOGUR
20 LENTEJAS HORTELANAS POLLO PLANCHA C/ ENSALADA FRUTA	21 ESPIRALES A LA ITALIANA TORTILLA DE JAMÓN YORK C/ ENSALADA FRUTA Y LECHE	22 PATATAS CARNICERAS HAMBURGUESA DE TERNERA C/ VERDURAS FRUTA Y LECHE	23 CREMA DE PUERROS POLLO ASADO C/PATATAS FRUTA Y LECHE.	24 ARROZ / VERDURAS MAGRO C/ TOMATE Y VERDURAS YOGUR
27 BROCOLI REHOGADO LOMO EN SALSA C/PATATA FRUTA Y LECHE	28 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA	29 MACARRONES CON TOMATE RAGOUT DE POLLO C/ VERDURAS Y PATATAS FRUTA Y LECHE	30 JUDÍAS BLANCAS C/ VERDURAS TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA FRUTA	31 PATATAS C/VERDURAS CROQUETAS DE JAMÓN C/ENSALADA 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.