

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
	1 CREMA DE CALABACÍN RAGOUT DE TERNERA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	2 J. BLANCAS C/VERDURAS TORTILLA DE PATATAS C/ENSALADA FRUTA	3 PATATAS CON COSTILLAS PALOMETA AL HORNO C/ PUERROS Y PIMIENTOS YOGUR	4 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA		1 CREMA DE CALABACÍN RAGOUT DE TERNERA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	2 LENTEJAS CON CHORIZO CTA LOMO SALSA FRUTA	3 PATATAS CON COSTILLAS PALOMETA AL HORNO C/ PUERROS Y PIMIENTOS YOGUR	4 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA
7 JUDÍAS VERDES REHOGADAS CARRILLADA C/ PATATAS FRUTA Y LECHE	8 CODITOS A LA NAPOLITANA BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	9 FRÍJOLES NEGROS C/ ARROZ INT. POLLO A LA CUBANA C/ CHAMPIÑÓN FRUTA	10 PURÉ DE VERDURAS ECO TORTILLA DE BONITO C/ HUEVO CAMPERO Y ENSALADA YOGUR	11 MENESTRA DE VERDURAS GARBANZOS HORTELANOS FRUTA	7 JUDÍAS VERDES REHOGADAS CARRILLADA C/ PATATAS FRUTA Y LECHE	8 CODITOS A LA NAPOLITANA BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	9 FRÍJOLES NEGROS C/ ARROZ INT. POLLO A LA CUBANA C/ CHAMPIÑÓN FRUTA	10 PURÉ DE VERDURAS ECO LOMO EN SALSA C/ENSALADA YOGUR	11 MENESTRA DE VERDURAS LENTEJAS HORTELANAS FRUTA
14 CREMA ZANAHORIAS Y PUERRO TERNERA ASADA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	15 FABADA ASTURIANA PITU CALEYA C/VERDURAS FRUTA	16 MACARRONES C/TOMATE MERLUZA EN SALSA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	17 GARBANZOS ESTOFADOS TORTILLA DE CHORIZO C/ENSALADA FRUTA	18 ARROZ / VERDURAS HAMBURGUESA CASERA C/ ENSALADA YOGUR	14 CREMA ZANAHORIAS Y PUERRO TERNERA ASADA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	15 FABADA ASTURIANA PITU CALEYA C/VERDURAS FRUTA	16 MACARRONES C/TOMATE MERLUZA EN SALSA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	17 GARBANZOS ESTOFADOS FTE POLLO PLANCHA C/ENSALADA FRUTA	18 ARROZ / VERDURAS HAMBURGUESA CASERA C/ ENSALADA YOGUR
21 JUDÍAS BLANCAS C/ VERDURAS TORTILLA DE GAMBAS C/ ENSALADA FRUTA	22 ESPIRALES A LA ITALIANA CINTA DE LOMO ADOBADA C/ ENSALADA FRUTA Y LECHE	23 PATATAS CARNICERAS MERLUZA EN SALSA C/ VERDURAS FRUTA Y LECHE	24 CREMA DE PUERROS POLLO ASADO C/ PATATAS YOGUR	25 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA	21 JUDÍAS BLANCAS C/ VERDURAS TERNERA SALSA FRUTA	22 ESPIRALES A LA ITALIANA CINTA DE LOMO ADOBADA C/ ENSALADA FRUTA Y LECHE	23 PATATAS CARNICERAS MERLUZA EN SALSA C/ VERDURAS FRUTA Y LECHE	24 CREMA DE PUERROS POLLO ASADO C/ PATATAS YOGUR	25 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA
28 ARROZ CON TOMATE ABADEJO A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	29 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA FRUTA	30 PURE BROCOLI RAGOUT DE POLLO AL AJILLO C/ PATATAS FRUTA Y LECHE	31 MARMITACO CROQUETAS DE JAMÓN C/ENSALADA FRUTA	 COCINA TRADICIONAL  SIN PRECOCINADOS	28 ARROZ CON TOMATE ABADEJO A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	29 LENTEJAS ESTOFADAS CTA LOMO SALSA FRUTA	30 PURE BROCOLI RAGOUT DE POLLO AL AJILLO C/ PATATAS FRUTA Y LECHE	31 MARMITACO CROQUETAS DE JAMÓN C/ENSALADA 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
	1 CREMA DE CALABACÍN RAGOUT DE TERNERA C/PATATAS FRUTA Y LECHE SL O SOJA	2 LENTEJAS CON CHORIZO TORTILLA DE PATATAS C/ENSALADA FRUTA	3 PATATAS CON COSTILLAS PALOMETA AL HORNO C/ PUERROS Y PIMIENTOS YOGUR SL O SOJA	4 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA
7 JUDÍAS VERDES REHOGADAS CARRILLADA C/ PATATAS FRUTA Y LECHE SL O SOJA	8 CODITOS A LA NAPOLITANA BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE SL O SOJA	9 FRÍJOLES NEGROS C/ ARROZ INT. POLLO A LA CUBANA C/ CHAMPIÑÓN FRUTA	10 PURÉ DE VERDURAS ECO TORTILLA DE BONITO C/ HUEVO CAMPERO Y ENSALADA YOGUR SL O SOJA	11 MENESTRA DE VERDURAS LENTEJAS HORTELANAS FRUTA
14 CREMA ZANAHORIAS Y PUERRO TERNERA ASADA CON PATATAS FRUTA Y LECHE SL O SOJA	15 FABADA ASTURIANA PITU CALEYA C/VERDURAS FRUTA	16 MACARRONES INT. C/ TOMATE MERLUZA EN SALSA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE SL O SOJA	17 GARBANZOS ESTOFADOS TORTILLA DE CHORIZO C/ENSALADA FRUTA	18 ARROZ / VERDURAS HAMBURGUESA CASERA C/ ENSALADA YOGUR SL O SOJA
21 JUDÍAS BLANCAS C/ VERDURAS TORTILLA DE GAMBAS C/ ENSALADA FRUTA	22 ESPIRALES A LA ITALIANA CINTA DE LOMO ADOBADA C/ ENSALADA FRUTA Y LECHE SL O SOJA	23 PATATAS CARNICERAS MERLUZA EN SALSA C/ VERDURAS FRUTA Y LECHE SL O SOJA	24 CREMA DE PUERROS POLLO ASADO C/ PATATAS YOGUR SL O SOJA	25 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA
28 ARROZ CON TOMATE ABADEJO A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE SL O SOJA	29 LENTEJAS ESTOFADAS TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA FRUTA	30 PURÉ BRFOCOLI RAGOUT DE POLLO AL AJILLO C/ PATATAS FRUTA Y LECHE SL O SOJA	31 MARMITACO CROQUETAS DE JAMÓN O LACON A LA GALLEGA C/ENSALADA 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](mailto: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.

**MENÚ SIN LEGUMBRES: INCLUIDO JUDÍAS VERDES, GUISANTES Y SOJA**

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	1 CREMA DE CALABACÍN RAGOUT DE TERNERA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	2 ARROZ C/VERDURAS TORTILLA DE PATATAS C/ENSALADA FRUTA	3 PATATAS CON COSTILLAS PALOMETA AL HORNO C/ PUERROS Y PIMIENTOS YOGUR	4 SOPA DE AVE ESTOFADO DE CARNE FRUTA
7 CREMA CALABAZA CARRILLADA C/ PATATAS FRUTA Y LECHE	8 CODITOS A LA NAPOLITANA BOQUERONES A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	9 PATATAS A LA HORTELANA POLLO A LA CUBANA C/ CHAMPIÑÓN FRUTA	10 PURÉ DE VERDURAS ECO TORTILLA DE BONITO C/ HUEVO CAMPERO Y ENSALADA YOGUR	11 ARROZ C/TOMATE RAPE CON VERDURAS FRUTA
14 CREMA ZANAHORIAS Y PUERRO TERNERA ASADA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	15 PATATAS ESTOFADAS PITU CALEYA C/VERDURAS FRUTA	16 MACARRONES INT. C/ TOMATE MERLUZA EN SALSA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	17 SOPA DE AVE TORTILLA DE CHORIZO C/ENSALADA FRUTA	18 ARROZ C/VERDURAS HAMBURGUESA CASERA C/ ENSALADA YOGUR
21 SOPA DE MENUDILLOS TORTILLA DE GAMBAS C/ ENSALADA FRUTA	22 ESPIRALES A LA ITALIANA CINTA DE LOMO ADOBADA C/ ENSALADA FRUTA Y LECHE	23 PATATAS CARNICERAS MERLUZA EN SALSA C/ VERDURAS FRUTA Y LECHE	24 CREMA DE PUERROS POLLO ASADO C/ PATATAS YOGUR	25 SOPA DE AVE ESTOFADO DE CARNE FRUTA
28 ARROZ CON TOMATE ABADEJO A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	29 SOPA DE MENUDILLOS TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA FRUTA	30 PURÉ BRÓCOLI RAGOUT DE POLLO AL AJILLO C/ PATATAS FRUTA Y LECHE	31 MARMITACO CROQUETAS DE JAMÓN C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	 COCINA TRADICIONAL   SIN PRECOCINADOS

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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	1 CREMA DE CALABACÍN RAGOUT DE TERNERA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	2 LENTEJAS CON CHORIZO TORTILLA DE PATATAS C/ENSALADA FRUTA	3 PATATAS CON COSTILLAS POLLO PLANCHA C/VERDURAS YOGUR	4 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA
7 JUDÍAS VERDES REHOGADAS CARRILLADA C/ PATATAS FRUTA Y LECHE	8 CODITOS A LA NAPOLITANA HAMB TERNERA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	9 FRÍJOLES NEGROS C/ ARROZ INT. POLLO A LA CUBANA C/ CHAMPIÑÓN FRUTA	10 PURÉ DE VERDURAS ECO TORTILLA DE PATATA C/ HUEVO CAMPERO Y ENSALADA YOGUR	11 MENESTRA DE VERDURAS LENTEJAS HORTELANAS FRUTA
14 CREMA ZANAHORIAS Y PUERRO TERNERA ASADA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	15 FABADA ASTURIANA PITU CALEYA C/VERDURAS FRUTA	16 MACARRONES INT. C/ TOMATE CTA LOMO SALSA FRUTA Y LECHE	17 GARBANZOS ESTOFADOS TORTILLA DE CHORIZO C/ENSALADA FRUTA	18 ARROZ / VERDURAS HAMBURGUESA CASERA C/ ENSALADA YOGUR
21 JUDÍAS BLANCAS C/ VERDURAS TORTILLA ESPAÑOLA C/ ENSALADA FRUTA	22 ESPIRALES A LA ITALIANA CINTA DE LOMO ADOBADA C/ ENSALADA FRUTA Y LECHE	23 PATATAS CARNICERAS HAMBURG TERNERA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	24 CREMA DE PUERROS POLLO ASADO C/ PATATAS YOGUR	25 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA
28 ARROZ CON TOMATE TERNERA SALSA FRUTA Y LECHE	29 LENTEJAS ESTOFADAS TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA FRUTA	30 PURÉ BRÓCOLI RAGOUT DE POLLO AL AJILLO C/ PATATAS FRUTA Y LECHE	31 PATATAS C/VERDURAS CROQUETAS DE JAMÓN C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	 COCINA TRADICIONAL   SIN PRECOCINADOS