

# MENÚS PARA ALÉRGICOS E INTOLERANTES



**MENÚ SIN GLUTEN. SE EMPLEA PASTA SIN GLUTEN, MAIZENA Y PAN RALLADO S/G PARA LOS REBOZADOS**

LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
ARROZ CON TOMATE				
CTA LOMO CON ENSALADA FRUTA EN ALMÍBAR				
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
PURÉ DE VERDURAS	CREMA DE J. BLANCAS	CODITOS C/ TOMATE	CREMA DE BRÓCOLI	GARBANZOS ESTOFADOS C/ CHORIZO
FTE POLLO PLANCHA C/PATATAS	LACON GALLEGA CON ENSALADA	VENTRESCA EN SALSA C/ CALABACÍN Y ZANA.	JAMONCITOS CON PATATAS	TORTILLA PATATA CON ENSALADA
FRUTA Y LECHE	FRUTA Y LECHE	FRUTA Y LECHE	FRUTA Y LECHE	YOGUR
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
ARROZ C/TOMATE	SOPA MENUDILLOS	MACARRONES A LA NAPOLITANA	PURÉ DE VERDURAS	LENTEJAS CASERAS
RAGOUT POLLO C/MENESTRA	FTE RUSO C/PATATAS	CAELLA EN ADOBO C/ ENSALADA	CHULETA CERDO CON PATATAS	FTE MERLUZA CON ENSALADA
FRUTA Y LECHE	FRUTA Y LECHE	FRUTA Y LECHE	FRUTA Y LECHE	YOGUR
LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
MENESTRA O CREMA DE PUERRO	ESPAGUETIS C/ TOMATE Y QUESO	LENTEJAS C/CHORIZO	PURÉ DE CALABAZA	SOPA DE COCIDO
CARRILLADA CON PATATAS	TORTILLA DE ATÚN CON ENSALADA	RAPE A LA ANDALUZA CON ENSALADA	FTE DE POLLO PANÉ CON PATATAS	COCIDO MADRILEÑO
FRUTA Y LECHE	FRUTA Y LECHE	FRUTA Y LECHE	FRUTA Y LECHE	FLAN

# sep-18 COLEGIOS



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

LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
ARROZ CON TOMATE				
CTA LOMO CON ENSALADA FRUTA EN ALMÍBAR				
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
PURÉ DE VERDURAS	CREMA DE J. BLANCAS	CODITOS C/ TOMATE	CREMA DE BRÓCOLI	GARBANZOS ESTOFADOS C/ CHORIZO
FTE POLLO PLANCHA C/PATATAS	LACON GALLEGA CON ENSALADA	VENTRESCA EN SALSA C/ CALABACÍN Y ZANA.	JAMONCITOS CON PATATAS	TERNERA SALSA CON ENSALADA
FRUTA Y LECHE	FRUTA Y LECHE	FRUTA Y LECHE	FRUTA Y LECHE	YOGUR
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
ARROZ C/TOMATE	SOPA MENUDILLOS	MACARRONES A LA NAPOLITANA	PURÉ DE VERDURAS	LENTEJAS CASERAS
RAGOUT POLLO C/MENESTRA	FTE RUSO C/PATATAS	CAELLA EN ADOBO C/ ENSALADA	CHULETA CERDO CON PATATAS	FTE MERLUZA CON ENSALADA
FRUTA Y LECHE	FRUTA Y LECHE	FRUTA Y LECHE	FRUTA Y LECHE	YOGUR
LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
MENESTRA O CREMA DE PUERRO	ESPAGUETIS C/ TOMATE	LENTEJAS C/CHORIZO	PURÉ DE CALABAZA	SOPA DE COCIDO
CARRILLADA CON PATATAS	PAVO EN SALSA CON ENSALADA	RAPE A LA ANDALUZA CON ENSALADA	FTE DE POLLO CON PATATAS	COCIDO MADRILEÑO
FRUTA Y LECHE	FRUTA Y LECHE	FRUTA Y LECHE	FRUTA Y LECHE	YOGUR

Para cualquier consulta podrán ponerse en contacto con la dietista al siguiente correo electrónico: [nutricion@comedoresblanco.es](mailto:nutricion@comedoresblanco.es) o al teléfono 607524915

**MENÚ SIN LACTOSA: SE COCINA C/LECHE S/LACTOSA, PROTEÍNA LECHE: SE SUSTITUYE POR BEBIDA SOJA**



LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
ARROZ CON TOMATE				
CTA LOMO CON ENSALADA FRUTA EN ALMÍBAR				
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
PURÉ DE VERDURAS	CREMA DE J. BLANCAS	CODITOS C/ TOMATE	CREMA DE BRÓCOLI	GARBANZOS ESTOFADOS C/ CHORIZO
FTE POLLO PLANCHA C/PATATAS	LACON GALLEGA CON ENSALADA	VENTRESCA EN SALSA C/ CALABACÍN Y ZANA.	JAMONCITOS CON PATATAS	TORTILLA PATATA CON ENSALADA
FRUTA Y LECHE S/L	FRUTA Y LECHE S/L	FRUTA Y LECHE S/L	FRUTA Y LECHE S/L	YOGUR SOJA
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
ARROZ C/TOMATE	SOPA MENUDILLOS	MACARRONES A LA NAPOLITANA	PURÉ DE VERDURAS	LENTEJAS CASERAS
RAGOUT POLLO C/MENESTRA	FTE RUSO C/PATATAS	CAELLA EN ADOBO C/ ENSALADA	CHULETA CERDO CON PATATAS	FTE MERLUZA CON ENSALADA
FRUTA Y LECHE S/L	FRUTA Y LECHE S/L	FRUTA Y LECHE S/L	FRUTA Y LECHE S/L	YOGUR SOJA
LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
MENESTRA O CREMA DE PUERRO	ESPAGUETIS C/ TOMATE	LENTEJAS C/CHORIZO	PURÉ DE CALABAZA	SOPA DE COCIDO
CARRILLADA CON PATATAS	TORTILLA DE ATÚN CON ENSALADA	RAPE A LA ANDALUZA CON ENSALADA	FTE DE POLLO PANÉ CON PATATAS	COCIDO MADRILEÑO
FRUTA Y LECHE S/L	FRUTA Y LECHE S/L	FRUTA Y LECHE S/L	FRUTA Y LECHE S/L	YOGUR SOJA

**MENÚ SIN CERDO**

LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
ARROZ CON TOMATE				
PAVO EN SALSA CON ENSALADA FRUTA EN ALMÍBAR				
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
PURÉ DE VERDURAS	CREMA DE J. BLANCAS	CODITOS C/ TOMATE	CREMA DE BRÓCOLI	GARBANZOS ESTOFADOS C/ VERDURAS
FTE POLLO PLANCHA C/PATATAS	SALCHICHAS AVE CON ENSALADA	VENTRESCA EN SALSA C/ CALABACÍN Y ZANA.	JAMONCITOS CON PATATAS	TORTILLA PATATA CON ENSALADA
FRUTA Y LECHE	FRUTA Y LECHE	FRUTA Y LECHE	FRUTA Y LECHE	YOGUR
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
ARROZ C/TOMATE	SOPA MENUDILLOS	MACARRONES A LA NAPOLITANA	PURÉ DE VERDURAS	LENTEJAS C/VERDURA
RAGOUT POLLO C/MENESTRA	FTE RUSO TERNERA C/PATATAS	CAELLA EN ADOBO C/ ENSALADA	HUEVO CON PISTO Y PATATAS	FTE MERLUZA CON ENSALADA
FRUTA Y LECHE	FRUTA Y LECHE	FRUTA Y LECHE	FRUTA Y LECHE	YOGUR
LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
MENESTRA O CREMA DE PUERRO	ESPAGUETIS C/ TOMATE Y QUESO	LENTEJAS HORTELANAS	PURÉ DE CALABAZA	SOPA DE AVE
HAMBURGUESA PATATAS	TORTILLA DE ATÚN CON ENSALADA	RAPE A LA ANDALUZA CON ENSALADA	FTE DE POLLO PANÉ CON PATATAS	COCIDO DE POLLO
FRUTA Y LECHE	FRUTA Y LECHE	FRUTA Y LECHE	FRUTA Y LECHE	FLAN



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

LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
				ARROZ CON TOMATE
				CTA LOMO CON ENSALADA FRUTA EN ALMÍBAR
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
PURÉ DE VERDURAS	PATATAS HORTELANAS	CODITOS C/ TOMATE	CREMA DE BRÓCOLI	SOPA AVE
FTE POLLO PLANCHA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	LACON GALLEGA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	VENTRESCA EN SALSA C/ CALABACÍN Y ZANA. FRUTA Y LECHE	JAMONCITOS CON PATATAS FRUTA Y LECHE	TORTILLA PATATA CON ENSALADA YOGUR
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
ARROZ C/TOMATE	SOPA MENUDILLOS	MACARRONES A LA NAPOLITANA	PURE DE VERDURAS	PATATAS RIOJANAS
RAGOUT POLLO C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	FTE RUSO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	CAELLA EN ADOBO C/ ENSALADA FRUTA Y LECHE	CHULETA CERDO CON PATATAS FRUTA Y LECHE	FTE MERLUZA CON ENSALADA YOGUR
LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
CREMA DE PUERRO	ESPAGUETIS C/ TOMATE Y QUESO	PATATAS HORTELANAS	PURÉ DE CALABAZA	SOPA DE FIDEOS
CARRILLADA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	TORTILLA DE ATÚN CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	RAPE A LA ANDALUZA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	FTE DE POLLO PANÉ CON PATATAS FRUTA Y LECHE	FTE RUSO TERNERA ENSALADA YOGUR

Para cualquier consulta: [nutricion@comedoresblanco.es](mailto:nutricion@comedoresblanco.es) o al teléfono 607524915**MENÚ SIN PESCADO NI MARISCO: EN ALERGI A SOLO A MARISCO NO SE RETIRA PESCADO**

LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
				ARROZ CON TOMATE
				CTA LOMO CON ENSALADA FRUTA EN ALMÍBAR
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
PURÉ DE VERDURAS	CREMA DE J. BLANCAS	CODITOS C/ TOMATE	CREMA DE BRÓCOLI	GARBANZOS ESTOFADOS C/ CHORIZO
FTE POLLO PLANCHA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	LACON GALLEGA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	RAGOUT PAVO SALSA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	JAMONCITOS CON PATATAS FRUTA Y LECHE	TORTILLA PATATA CON ENSALADA YOGUR
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
ARROZ C/TOMATE	SOPA MENUDILLOS	MACARRONES A LA NAPOLITANA	PURE DE VERDURAS	LENTEJAS CASERAS
RAGOUT POLLO C/MENESTRA FRUTA Y LECHE	FTE RUSO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	PAVO SALSA C/ ENSALADA FRUTA Y LECHE	CHULETA CERDO CON PATATAS FRUTA Y LECHE	TERNERA SALSA CON ENSALADA YOGUR
LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
MENESTRA O CREMA DE PUERRO	ESPAGUETIS C/ TOMATE Y QUESO	LENTEJAS C/CHORIZO	PURÉ DE CALABAZA	SOPA DE COCIDO
CARRILLADA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	TERNERA SALSA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	FTE DE POLLO PANÉ CON PATATAS FRUTA Y LECHE	COCIDO MADRILEÑO  FLAN