



SOLER

NOVIEMBRE

MENÚS PARA ALÉRGICOS E INTOLERANTES



Comedores Blanco



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



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
-------	--------	-----------	--------	---------

Para cualquier consulta, incluida información sobre alérgenos, podrán ponerse en contacto con nuestro departamento de nutrición en el teléfono 607 524 915 o en el correo electrónico nutricion@comedoresblanco.es

Este menú ha sido revisado por Paloma Gladiné Martín diplomada en Nutrición Humana y Dietética Nº de colegiada MAD00246

Todos los menús van acompañados de pan y agua

4	5	6 MENÚ GASTRONÓMICO	7	8
JUDÍAS BLANCAS C/CHORIZO MERLUZA A LA ROMANA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	TALLARINES C/VERDURAS TORTILLA DE JAMÓN C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	GALICIA ARROZ CON MARISCO LACÓN PLANCHA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	J. VERDES REHOGADAS RAGOUT DE POLLO CON PATATAS FRUTA Y LECHE	LENTEJAS CASERAS CROQUETAS DE ATÚN (4 uds) C/ENSALADA YOGUR
11	12	13	14 MENÚ SOSTENIBLE	15
CREMA BRÓCOLI SOLOMILLO SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA Y LECHE	ARROZ C/VERDURAS MERLUZA REBOZADA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	CREMA CALABAZA ECOLÓGICA FILETE DE POLLO CAMPERO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	JUDÍAS BLANCAS ESTOFADAS PALOMETA C/TOMATE ENSALADA YOGUR
18	19	20	21	22
PATATAS C/MAGRO RAPE A LA ANDALUZA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	MENESTRA REHOGADA O PURÉ MAZA ASADA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	CODITOS CON TOMATE MERLUZA EN SALSA C/CALABACIN Y ZANAHORIA FRUTA Y LECHE	J. PINTAS C/ARROZ INTEGRAL TORTILLA DE ATÚN C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	CREMA ZANAHORIA JAMONCITOS ASADOS CON PATATAS YOGUR
25	26	27	28	29
MACARRONES C/CHORIZO TORTILLA PATATA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	PURÉ DE VERDURAS FTE DE POLLO EMPANADO CON PATATAS FRUTA Y LECHE	ARROZ C/TOMATE CAZÓN ADOBADO CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	PATATAS CON CALAMARES HAMBURGUESA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO YOGUR

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



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
-------	--------	-----------	--------	---------

Para cualquier consulta, incluida información sobre alérgenos, podrán ponerse en contacto con nuestro departamento de nutrición en el teléfono 607 524 915 o en el correo electrónico nutricion@comedoresblanco.es

Este menú ha sido revisado por Paloma Gladiné Martín diplomada en Nutrición Humana y Dietética Nº de colegiada MAD00246

Todos los menús van acompañados de pan y agua

4	5	6 MENÚ GASTRONÓMICO	7	8
JUDÍAS BLANCAS C/CHORIZO MERLUZA A LA ROMANA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	TALLARINES C/VERDURAS TORTILLA DE JAMÓN C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	GALICIA ARROZ CON MARISCO LACÓN PLANCHA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	J. VERDES REHOGADAS RAGOUT DE POLLO CON PATATAS FRUTA Y LECHE S/L	LENTEJAS CASERAS CROQUETAS ATÚN O HAMBURGUESA C/ENSALADA YOGUR S/L O SOJA
11	12	13	14 MENÚ SOSTENIBLE	15
CREMA BRÓCOLI SOLOMILLO SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE S/L	SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA Y LECHE S/L	FIDEUA VALENCIANA MERLUZA REBOZADA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	CREMA CALABAZA ECOLÓGICA FILETE DE POLLO CAMPERO C/PATATAS FRUTA Y LECHE S/L	JUDÍAS BLANCAS ESTOFADAS PALOMETA C/TOMATE ENSALADA YOGUR S/L O SOJA
18	19	20	21	22
PATATAS C/MAGRO RAPE A LA ANDALUZA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	MENESTRA REHOGADA O PURÉ MAZA ASADA CON PATATAS FRUTA Y LECHE S/L	CODITOS CON TOMATE MERLUZA EN SALSA C/CALABACIN Y ZANAHORIA FRUTA Y LECHE S/L	J. PINTAS C/ARROZ INTEGRAL TORTILLA DE ATÚN C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	CREMA ZANAHORIA JAMONCITOS ASADOS CON PATATAS YOGUR S/L O SOJA
25	26	27	28	29
MACARRONES INTEGRALES C/CHORIZO TORTILLA PATATA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	PURÉ DE VERDURAS FTE DE POLLO EMPANADO CON PATATAS FRUTA Y LECHE S/L	ARROZ C/TOMATE CAZÓN ADOBADO CON ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	PATATAS CON CALAMARES HAMBURGUESA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO YOGUR S/L O SOJA

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



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
-------	--------	-----------	--------	---------

Para cualquier consulta, incluida información sobre alérgenos, podrán ponerse en contacto con nuestro departamento de nutrición en el teléfono 607 524 915 o en el correo electrónico nutricion@comedoresblanco.es

Este menú ha sido revisado por Paloma Gladiné Martín diplomada en Nutrición Humana y Dietética Nº de colegiada MAD00246

Todos los menús van acompañados de pan y agua

4	5	6 MENÚ GASTRONÓMICO	7	8
JUDÍAS BLANCAS C/CHORIZO MERLUZA A LA ROMANA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	TALLARINES C/VERDURAS CONTRA TERNERA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	GALICIA ARROZ CON MARISCO LACÓN PLANCHA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	J. VERDES REHOGADAS RAGOUT DE POLLO CON PATATAS FRUTA Y LECHE	LENTEJAS CASERAS CROQUETAS DE ATÚN (4 uds) C/ENSALADA YOGUR
11	12	13	14 MENÚ SOSTENIBLE	15
CREMA BRÓCOLI SOLOMILLO SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA Y LECHE	ARROZ C/VERDURAS MERLUZA REBOZADA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	CREMA CALABAZA ECOLÓGICA FILETE DE POLLO CAMPERO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	JUDÍAS BLANCAS ESTOFADAS PALOMETA C/TOMATE ENSALADA YOGUR
18	19	20	21	22
PATATAS C/MAGRO RAPE A LA ANDALUZA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	MENESTRA REHOGADA O PURÉ MAZA ASADA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	CODITOS CON TOMATE MERLUZA EN SALSA C/CALABACIN Y ZANAHORIA FRUTA Y LECHE	J. PINTAS C/ARROZ INTEGRAL HAMBURGUESA TERNERA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	CREMA ZANAHORIA JAMONCITOS ASADOS CON PATATAS YOGUR
25	26	27	28	29
MACARRONES C/CHORIZO RAGOUT PAVO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	PURÉ DE VERDURAS FTE DE POLLO EMPANADO CON PATATAS FRUTA Y LECHE	ARROZ C/TOMATE CAZÓN ADOBADO CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	PATATAS CON CALAMARES HAMBURGUESA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO YOGUR

MENÚ SIN CERDO



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
-------	--------	-----------	--------	---------

Para cualquier consulta, incluida información sobre alérgenos, podrán ponerse en contacto con nuestro departamento de nutrición en el teléfono 607 524 915 o en el correo electrónico nutricion@comedoresblanco.es

Este menú ha sido revisado por Paloma Gladiné Martín diplomada en Nutrición Humana y Dietética Nº de colegiada MAD00246

Todos los menús van acompañados de pan y agua

4	5	6 MENÚ GASTRONÓMICO	7	8
JUDÍAS BLANCAS C/VERDURAS MERLUZA A LA ROMANA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	TALLARINES C/VERDURAS TORTILLA PATATA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	GALICIA ARROZ CON MARISCO HAMBURGUESA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	J. VERDES REHOGADAS RAGOUT DE POLLO CON PATATAS FRUTA Y LECHE	LENTEJAS C/VERDURAS CROQUETAS DE ATÚN (4 uds) C/ENSALADA YOGUR
11	12	13	14 MENÚ SOSTENIBLE	15
CREMA BRÓCOLI RAGOUT PAVO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	SOPA DE COCIDO DE POLLO COCIDO DE POLLO FRUTA Y LECHE	FIDEUA VALENCIANA MERLUZA REBOZADA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	CREMA CALABAZA ECOLÓGICA FILETE DE POLLO CAMPERO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	JUDÍAS BLANCAS C/VERDURAS PALOMETA C/TOMATE ENSALADA YOGUR
18	19	20	21	22
PATATAS C/VERDURAS RAPE A LA ANDALUZA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	MENESTRA REHOGADA O PURÉ FTE POLLO SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	CODITOS CON TOMATE MERLUZA EN SALSA C/CALABACIN Y ZANAHORIA FRUTA Y LECHE	J. PINTAS C/ARROZ INTEGRAL TORTILLA DE ATÚN C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	CREMA ZANAHORIA JAMONCITOS ASADOS CON PATATAS YOGUR
25	26	27	28	29
MACARRONES INTEGRALES C/TOMATE TORTILLA PATATA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	PURÉ DE VERDURAS FTE DE POLLO EMPANADO CON PATATAS FRUTA Y LECHE	ARROZ C/TOMATE CAZÓN ADOBADO CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	PATATAS CON CALAMARES HAMBURGUESA TERNERA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	SOPA DE COCIDO DE POLLO COCIDO DE POLLO YOGUR



MENÚS PARA ALÉRGICOS E INTOLERANTES



MENÚ SIN LEGUMBRES: INCLUIDO JUDÍAS VERDES, GUISANTES Y SOJA

LUNES MARTES MIÉRCOLES JUEVES VIERNES

Para cualquier consulta, incluida información sobre alérgenos, podrán ponerse en contacto con nuestro departamento de nutrición en el teléfono 607 524 915 o en el correo electrónico nutricion@comedoresblanco.es

Este menú ha sido revisado por Paloma Gladré Martín diplomada en Nutrición Humana y Dietética Nº de colegiada MAD00246

FESTIVO

Todos los menús van acompañados de pan y agua

4	5	6 MENÚ GASTRONÓMICO	7	8
SOPA MENUJILLOS MERLUZA A LA ROMANA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	TALLARINES C/VERDURAS TORTILLA DE JAMÓN C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	GALICIA ARROZ CON MARISCO LACÓN PLANCHA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	PURÉ DE VERDURAS RAGOUT DE POLLO CON PATATAS FRUTA Y LECHE	PATATAS RIOJANAS CROQUETAS DE ATÚN (4 uds) C/ENSALADA YOGUR
11	12	13	14 MENÚ SOSTENIBLE	15
CREMA BRÓCOLI SOLOMILLO SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	SOPA DE AVE ESTOFADO POLLO Y TERNERA FRUTA Y LECHE	FIDEUA VALENCIANA MERLUZA REBOZADA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	CREMA CALABAZA ECOLÓGICA FILETE DE POLLO CAMPERO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	SOPA DE MENUJILLOS PALOMETA C/TOMATE ENSALADA YOGUR
18	19	20	21	22
PATATAS C/MAGRO RAPE A LA ANDALUZA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	CREMA CALABACÍN MAZA ASADA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	CODITOS CON TOMATE MERLUZA EN SALSA C/CALABACÍN Y ZANAHORIA FRUTA Y LECHE	ARROZ INTEGRAL C/TOMATE TORTILLA DE ATÚN C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	CREMA ZANAHORIA JAMONCITOS ASADOS CON PATATAS YOGUR
25	26	27	28	29
MACARRONES INTEGRALES C/CHORIZO TORTILLA PATATA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	PURÉ DE VERDURAS FTE DE POLLO EMPANADO CON PATATAS FRUTA Y LECHE	ARROZ C/TOMATE CAZÓN ADOBADO CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	PATATAS CON CALAMARES HAMBURGUESA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	SOPA DE AVE ESTOFADO POLLO Y TERNERA YOGUR

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

LUNES MARTES MIÉRCOLES JUEVES VIERNES

Para cualquier consulta, incluida información sobre alérgenos, podrán ponerse en contacto con nuestro departamento de nutrición en el teléfono 607 524 915 o en el correo electrónico nutricion@comedoresblanco.es

Este menú ha sido revisado por Paloma Gladré Martín diplomada en Nutrición Humana y Dietética Nº de colegiada MAD00246

FESTIVO

Todos los menús van acompañados de pan y agua

4	5	6 MENÚ GASTRONÓMICO	7	8
JUDÍAS BLANCAS C/CHORIZO RAGOUT DE PAVO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	TALLARINES C/VERDURAS TORTILLA DE JAMÓN C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	GALICIA ARROZ CON VERDURAS LACÓN PLANCHA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	J. VERDES REHOGADAS RAGOUT DE POLLO CON PATATAS FRUTA Y LECHE	LENTEJAS CASERAS CROQUETAS DE JAMÓN (4 uds) C/ENSALADA YOGUR
11	12	13	14 MENÚ SOSTENIBLE	15
CREMA BRÓCOLI SOLOMILLO SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA Y LECHE	ARROZ C/VERDURAS HAMBURGUESA TERNERA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	CREMA CALABAZA ECOLÓGICA FILETE DE POLLO CAMPERO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	JUDÍAS BLANCAS ESTOFADAS CTA DE LOMO C/TOMATE ENSALADA YOGUR
18	19	20	21	22
PATATAS C/MAGRO CONTRA DE TERNERA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	MENESTRA REHOGADA O PURÉ MAZA ASADA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	CODITOS CON TOMATE PAVO EN SALSA FRUTA Y LECHE	J. PINTAS C/ ARROZ INTEGRAL TORTILLA CALABACÍN C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	CREMA ZANAHORIA JAMONCITOS ASADOS CON PATATAS YOGUR
25	26	27	28	29
MACARRONES INTEGRALES C/CHORIZO TORTILLA PATATA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	PURÉ DE VERDURAS FTE DE POLLO EMPANADO CON PATATAS FRUTA Y LECHE	ARROZ C/TOMATE CTA DE LOMO CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	PATATAS CON VERDURAS HAMBURGUESA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO YOGUR