



ALERGIAS GENERAL

MARZO

MENÚS PARA ALÉRGICOS E INTOLERANTES



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
2 NO LECTIVO	3	4	5 MENÚ GASTRONÓMICO	6
<i>SI NO CUIDAS TU CUERPO ¿DÓNDE VAS A VIVIR?</i>	J. VERDES REHOGADAS CINTA LOMO C/PATATAS FRUTA EN ALMÍBAR	ARROZ TRES DELICIAS RAPE A LA ANDALUZA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	MARMITACO DE BONITO POLLO A LA VASCA CON VERDURAS FRUTA Y LECHE	LENTEJAS C/VERDURAS SALMÓN AL ENELDO CON ENSALADA YOGUR
9	10	11	12	13
CREMA DE CALABACÍN HAMBURGUESA TERNERA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	J.PINTAS C/LACÓN Y ARROZ INT VENTRESCA C/TOMATE ENSALADA FRUTA Y LECHE	ESPIRALES NAPOLITANA TORTILLA DE GAMBAS ENSALADA FRUTA Y LECHE	SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA Y LECHE	ARROZ A BANDA MERLUZA ANDALUZA C/ENSALADA YOGUR
16	17	18 MENÚ SOSTENIBLE	19	20
SOPA MARINERA LACÓN A LA GALLEGA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	PATATAS CON COSTILLAS PALOMETA CON TOMATE ENSALADA FRUTA Y LECHE	MACARRONES ECO BOLOÑESA TORTILLA BRÓCOLI CAMPERA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	CREMA DE CALABAZA POLLO ASADO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	LENTEJAS CON VERDURAS CROQUETAS DE ATÚN ENSALADA YOGUR
23	24	25	26	27
ARROZ CON TOMATE CHULETAS CORDERO ENSALADA FRUTA Y LECHE	SOPA DE PICADILLO FTE POLLO EMPANADO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	GUISO ANDALUZ VENTRESCA ANDALUZA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	COLIFLOR REHOGADA CARNE A LA BATURRICA CON JAMÓN Y HUEVO FRUTA Y LECHE	SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO YOGUR
30	31	<p>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</p> <p>NO UTILIZAMOS NINGÚN TIPO DE PRECOCINADO Todos los menús van acompañados de pan y agua</p>		
ESPAGUETIS C/ATÚN TORTILLA DE PAVO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	LENTEJAS CASERAS FILETE SARDINA REBOZADO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE			

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



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 NO LECTIVO	3	4	5 MENÚ GASTRONÓMICO	6
<i>SI NO CUIDAS TU CUERPO ¿DÓNDE VAS A VIVIR?</i>	J. VERDES REHOGADAS CINTA LOMO C/PATATAS FRUTA EN ALMÍBAR	ARROZ TRES DELICIAS RAPE ANDALUZA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	MARMITACO DE BONITO POLLO A LA VASCA CON VERDURAS FRUTA Y LECHE S/L	LENTEJAS C/VERDURAS SALMÓN AL ENELDO CON ENSALADA YOGUR S/L O SOJA
9	10	11	12	13
CREMA DE CALABACÍN FTE RUSO CON PATATAS FRUTA Y LECHE S/L	J.PINTAS C/LACÓN Y ARROZ INT VENTRESCA CON TOMATE ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	ESPIRALES NAPOLITANA TORTILLA DE GAMBAS ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA Y LECHE S/L	ARROZ A BANDA MERLUZA A LA ANDALUZA C/ENSALADA YOGUR S/L O SOJA
16	17	18 MENÚ SOSTENIBLE	19	20
SOPA MARINERA LACÓN A LA GALLEGA CON PATATAS FRUTA Y LECHE S/L	PATATAS CON COSTILLAS PALOMETA CON TOMATE ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	MACARRONES ECO BOLOÑESA TORTILLA BRÓCOLI CAMPERA ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	CREMA DE CALABAZA POLLO ASADO C/PATATAS FRUTA Y LECHE S/L	LENTEJAS CON VERDURAS CROQUETAS ATÚN O HAMBURGUESA ENSALADA YOGUR S/L O SOJA
23	24	25	26	27
ARROZ CON TOMATE CHULETAS CORDERO ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	SOPA DE PICADILLO FTE POLLO EMPANADO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	FIDEUA MIXTA VENTRESCA A LA ANDALUZA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	COLIFLOR REHOGADA CARNE A LA BATURRICA CON JAMÓN Y HUEVO FRUTA Y LECHE S/L	SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO YOGUR S/L O SOJA
30	31	<p>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</p> <p>NO UTILIZAMOS NINGÚN TIPO DE PRECOCINADO Todos los menús van acompañados de pan y agua</p>		
ESPAGUETIS INT C/ATÚN TORTILLA DE PAVO C/ENSALADA DE LECHUGA FRUTA Y LECHE S/L	LENTEJAS CASERAS FILETE DE SARDINA REBOZADO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L			

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 NO LECTIVO	3	4	5 MENÚ GASTRONÓMICO	6
<i>SI NO CUIDAS TU CUERPO ¿DÓNDE VAS A VIVIR?</i>	J. VERDES REHOGADAS CINTA LOMO C/PATATAS FRUTA EN ALMÍBAR	ARROZ C/VERDURAS RAPE ANDALUZA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	MARMITACO DE BONITO POLLO A LA VASCA CON VERDURAS FRUTA Y LECHE	LENTEJAS C/VERDURAS SALMÓN AL ENELDO CON ENSALADA YOGUR
9	10	11	12	13
CREMA DE CALABACÍN HAMBURGUESA TERNERA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	J.PINTAS C/LACÓN Y ARROZ INT VENTRESCA CON TOMATE ENSALADA FRUTA Y LECHE	ESPIRALES NAPOLITANA RAGOUT PAVO ENSALADA FRUTA Y LECHE	SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA Y LECHE	ARROZ A BANDA MERLUZA ANDALUZA C/ENSALADA YOGUR
16	17	18 MENÚ SOSTENIBLE	19	20
SOPA MARINERA LACÓN A LA GALLEGA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	PATATAS CON COSTILLAS PALOMETA CON TOMATE ENSALADA FRUTA Y LECHE	MACARRONES ECO BOLOÑESA CINTA DE LOMO ENSALADA FRUTA Y LECHE	CREMA DE CALABAZA POLLO ASADO CON PATATAS FRUTA Y LECHE	LENTEJAS CON VERDURAS CROQUETAS ATÚN ENSALADA YOGUR
23	24	25	26	27
ARROZ CON TOMATE CHULETAS CORDERO ENSALADA FRUTA Y LECHE	SOPA DE PICADILLO FTE POLLO EMPANADO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	GUISO ANDALUZ VENTRESCA ANDALUZA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	COLIFLOR REHOGADA CARRILLADA EN SALSA FRUTA Y LECHE	SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO YOGUR
30	31	<p>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</p> <p>NO UTILIZAMOS NINGÚN TIPO DE PRECOCINADO Todos los menús van acompañados de pan y agua</p>		
ESPAGUETIS C/ATÚN FILETE DE POLLO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	LENTEJAS CASERAS FTE SARDINA REBOZADO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE			

MENÚ SIN CERDO



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 NO LECTIVO	3	4	5 MENÚ GASTRONÓMICO	6
<i>SI NO CUIDAS TU CUERPO ¿DÓNDE VAS A VIVIR?</i>	J. VERDES REHOGADAS RAGOUT PAVO FRUTA EN ALMÍBAR	ARROZ TRES DELICIAS RAPE ANDALUZA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	MARMITACO DE BONITO POLLO A LA VASCA CON VERDURAS FRUTA Y LECHE	LENTEJAS C/VERDURAS SALMÓN AL ENELDO CON ENSALADA YOGUR
9	10	11	12	13
CREMA CALABACÍN HAMBURGUESA TERNERA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	J. PINTAS C/VERD. Y ARROZ INT VENTRESCA CON TOMATE ENSALADA FRUTA Y LECHE	ESPIRALES NAPOLITANA TORTILLA GAMBAS ENSALADA FRUTA Y LECHE	SOPA COCIDO DE POLLO COCIDO DE POLLO FRUTA Y LECHE	ARROZ A BANDA MERLUZA A LA ANDALUZA C/ENSALADA YOGUR
16	17	18 MENÚ SOSTENIBLE	19	20
SOPA MARINERA CONTRA TERNERA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	PATATAS CON VERDURAS PALOMETA CON TOMATE ENSALADA FRUTA Y LECHE	MACARRONES ECO BOLOÑESA TORTILLA BRÓCOLI C/HUEVOS CAMPEROS Y ENSALADA FRUTA Y LECHE	CREMA DE CALABAZA POLLO ASADO CON PATATAS FRUTA Y LECHE	LENTEJAS CON VERDURAS CROQUETAS DE ATÚN C/ENSALADA YOGUR
23	24	25	26	27
ARROZ CON TOMATE CHULETAS CORDERO ENSALADA FRUTA Y LECHE	SOPA DE PICADILLO FTE POLLO EMPANADO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	FIDEUA MIXTA VENTRESCA A LA ANDALUZA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	COLIFLOR REHOGADA RAGOUT DE PAVO FRUTA Y LECHE	SOPA COCIDO DE POLLO COCIDO DE POLLO YOGUR
30	31	<p>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</p> <p>NO UTILIZAMOS NINGÚN TIPO DE PRECOCINADO Todos los menús van acompañados de pan y agua</p>		
ESPAGUETIS INT C/ATÚN TORTILLA DE PAVO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	LENTEJAS C/VERDURAS FILETE SARDINA REBOZADO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE			



MENÚS PARA ALÉRGICOS E INTOLERANTES



MENÚ SIN LEGUMBRES: INCLUIDO JUDÍAS VERDES, GUISANTES Y SOJA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 NO LECTIVO	3	4	5 MENÚ GASTRONÓMICO	6
<i>SI NO CUIDAS TU CUERPO ¿DÓNDE VAS A VIVIR?</i>	PURÉ DE VERDURAS CINTA LOMO C/PATATAS FRUTA EN ALMÍBAR	ARROZ C/VERDURAS RAPE A A LA ANDALUZA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	MARMITACO DE BONITO POLLO A LA VASCA CON VERDURAS FRUTA Y LECHE	SOPA MENUDILLOS SALMÓN AL ENLEDO CON ENSALADA YOGUR
9	10	11	12	13
CREMA DE CALABACÍN FTE RUSO CON PATATAS FRUTA Y LECHE	PATATAS CON LACON VENTRESCA CON TOMATE ENSALADA FRUTA Y LECHE	ESPIRALES A LA NAPOLITANA TORTILLA DE GAMBAS ENSALADA FRUTA Y LECHE	SOPA DE AVE ESTOFADO POLLO Y TERNERA FRUTA Y LECHE	ARROZ A BANDA MERLUZA A LA ANDALUZA C/ENSALADA YOGUR
16	17	18 MENÚ SOSTENIBLE	19	20
SOPA MARINERA LACÓN A LA GALLEGA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	PATATAS CON COSTILLAS PALOMETA CON TOMATE ENSALADA FRUTA Y LECHE	MACARRONES ECO BOLOÑESA TORTILLA BRÓCOLI CAMPERA ENSALADA FRUTA Y LECHE	CREMA DE CALABAZA POLLO ASADO CON PATATAS FRUTA Y LECHE	SOPA DE AVE CROQUETAS DE ATÚN ENSALADA YOGUR
23	24	25	26	27
ARROZ CON TOMATE CHULETAS CORDERO ENSALADA FRUTA Y LECHE	SOPA DE PICADILLO FTE POLLO EMPANADO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	GUISO ANDALUZ VENTRESCA ANDALUZA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	COLIFLOR REHOGADA CARNE BATURRICA CON JAMÓN Y HUEVO FRUTA Y LECHE	SOPA DE AVE ESTOFADO POLLO Y TERNERA YOGUR
30	31	<p>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</p> <p>NO UTILIZAMOS NINGÚN TIPO DE PRECOCINADO</p> <p>Todos los menús van acompañados de pan y agua</p>		

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



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 NO LECTIVO	3	4	5 MENÚ GASTRONÓMICO	6
<i>SI NO CUIDAS TU CUERPO ¿DÓNDE VAS A VIVIR?</i>	J. VERDES REHOGADAS CINTA LOMO C/PATATAS FRUTA EN ALMÍBAR	ARROZ TRES DELICIAS HAMBURGUESA TERNERA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	PATATAS C/ VERDURAS POLLO A LA VASCA CON VERDURAS FRUTA Y LECHE	LENTEJAS C/VERDURAS CONTRA DE TERNERA CON ENSALADA YOGUR
9	10	11	12	13
CREMA DE CALABACÍN FTE RUSO CON PATATAS FRUTA Y LECHE	J. PINTAS C/LACÓN Y ARROZ INT FILETE POLLO PLANCHA ENSALADA FRUTA Y LECHE	ESPIRALES A LA NAPOLITANA TORTILLA PATATA ENSALADA FRUTA Y LECHE	SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA Y LECHE	ARROZ C/VERDURAS CINTA LOMO C/ENSALADA YOGUR
16	17	18 MENÚ SOSTENIBLE	19	20
SOPA DE ARROZ LACÓN A LA GALLEGA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	PATATAS CON COSTILLAS RAGOUT DE PAVO ENSALADA FRUTA Y LECHE	MACARRONES ECO BOLOÑESA TORTILLA BRÓCOLI CON H. CAMPEROS ENSALADA FRUTA Y LECHE	CREMA DE CALABAZA POLLO ASADO CON PATATAS FRUTA Y LECHE	LENTEJAS CON VERDURAS CROQUETAS POLLO ENSALADA YOGUR
23	24	25	26	27
ARROZ CON TOMATE CHULETAS CORDERO ENSALADA FRUTA Y LECHE	SOPA DE PICADILLO FTE POLLO EMPANADO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	GUISO ANDALUZ CONTRA DE TERNERA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	COLIFLOR REHOGADA CARNE A LA BATURRICA CON JAMÓN Y HUEVO FRUTA Y LECHE	SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO YOGUR
30	31	<p>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</p> <p>NO UTILIZAMOS NINGÚN TIPO DE PRECOCINADO</p> <p>Todos los menús van acompañados de pan y agua</p>		