



# TRANSPORTADA

DICIEMBRE

## 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 CREMA BRÓCOLI CARRILLADA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	3 MENÚ SOSTENIBLE GARBANZOS ECO C/SEPIA TORTILLA PATATA CAMPERA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	4 ESPIRALES C/TOMATE Y BACON VENTRESCA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	5 J.VERDES REHOGADAS RAGOUT POLLO EN SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	6 FESTIVO
9 FESTIVO	10 ARROZ MILANESA MERLUZA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	11 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA Y LECHE	12 PURÉ VERDURAS SAJONIA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	13 LENTEJAS CASERAS PALOMETA C/TOMATE CON ENSALADA YOGUR
16 ESPAGUETIS C/TOMATE CHULETA CORDERO PLANCHA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	17 CREMA ZANAHORIA ECO FTE POLLO SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	18 MENÚ GASTRONÓM. LA RIOJA PATATAS RIOJANAS CHULETA A LA RIOJANA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	19 J. PINTAS C/VERDURAS RAPE REBOZADO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	20 MENÚ FESTIVO ARROZ C/TOMATE NUGGETS CASEROS CHIPS FLAN
23	24	25 FELIZ NAVIDAD	26	27

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](mailto:nutricion@comedoresblanco.es)

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

**NO UTILIZAMOS NINGÚN TIPO DE PRECOCINADO**

Todos los menús van acompañados de pan y agua

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 CREMA BRÓCOLI CARRILLADA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	3 MENÚ SOSTENIBLE GARBANZOS ECO C/SEPIA RAGOUT DE PAVO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	4 ESPIRALES C/TOMATE Y BACON VENTRESCA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	5 J.VERDES REHOGADAS RAGOUT POLLO EN SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	6 FESTIVO
9 FESTIVO	10 ARROZ MILANESA MERLUZA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	11 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA Y LECHE	12 PURÉ VERDURAS SAJONIA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	13 LENTEJAS CASERAS PALOMETA C/TOMATE CON ENSALADA YOGUR
16 ESPAGUETIS C/TOMATE CHULETA CORDERO PLANCHA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	17 CREMA ZANAHORIA ECO FTE POLLO SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	18 MENÚ GASTRONÓM. LA RIOJA PATATAS RIOJANAS CHULETA A LA RIOJANA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	19 J. PINTAS C/VERDURAS RAPE REBOZADO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	20 MENÚ FESTIVO ARROZ C/TOMATE NUGGETS CASEROS CHIPS YOGUR
23	24	25 FELIZ NAVIDAD	26	27

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](mailto:nutricion@comedoresblanco.es)

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

**NO UTILIZAMOS NINGÚN TIPO DE PRECOCINADO**

Todos los menús van acompañados de pan y agua

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



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 CREMA BRÓCOLI CARRILLADA C/PATATAS FRUTA Y LECHE S/L	3 MENÚ SOSTENIBLE GARBANZOS ECO C/SEPIA TORTILLA PATATA CAMPERA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	4 ESPIRALES INTEGRALES CON TOMATE Y BACON VENTRESCA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE S/L	5 J.VERDES REHOGADAS RAGOUT POLLO EN SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE S/L	6 FESTIVO
9 FESTIVO	10 ARROZ MILANESA MERLUZA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	11 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA Y LECHE S/L	12 PURÉ VERDURAS SAJONIA CON PATATAS FRUTA Y LECHE S/L	13 LENTEJAS CASERAS PALOMETA C/TOMATE CON ENSALADA YOGUR S/L O SOJA
16 ESPAGUETIS C/TOMATE CHULETA CORDERO PLANCHA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	17 CREMA ZANAHORIA ECO FTE POLLO SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE S/L	18 MENÚ GASTRONÓM. LA RIOJA PATATAS RIOJANAS CHULETA A LA RIOJANA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	19 J. PINTAS C/VERDURAS RAPE REBOZADO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	20 MENÚ FESTIVO ARROZ C/TOMATE NUGGETS CASEROS CHIPS YOGUR S/L O SOJA
23	24	25 FELIZ NAVIDAD	26	27

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](mailto:nutricion@comedoresblanco.es)

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

**NO UTILIZAMOS NINGÚN TIPO DE PRECOCINADO**

Todos los menús van acompañados de pan y agua

**MENÚ SIN CERDO**



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 CREMA BRÓCOLI CONTRA TERNERA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	3 MENÚ SOSTENIBLE GARBANZOS ECO C/SEPIA TORTILLA PATATA CAMPERA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	4 ESPIRALES INT C/TOMATE VENTRESCA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	5 J.VERDES REHOGADAS RAGOUT POLLO SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	6 FESTIVO
9 FESTIVO	10 ARROZ C/VERDURAS MERLUZA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	11 SOPA DE COCIDO DE POLLO COCIDO DE POLLO FRUTA Y LECHE	12 PURÉ VERDURAS RAGOUT PAVO CON PATATAS FRUTA Y LECHE	13 LENTEJAS C/VERDURAS PALOMETA C/TOMATE CON ENSALADA YOGUR
16 ESPAGUETIS C/TOMATE CHULETA CORDERO PLANCHA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	17 CREMA ZANAHORIA ECO FTE POLLO SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	18 PATATAS C/VERDURAS HAMBURGUESA TERNERA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	19 J. PINTAS C/VERDURAS RAPE REBOZADO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	20 MENÚ FESTIVO ARROZ C/TOMATE NUGGETS CASEROS CHIPS FLAN
23	24	25 FELIZ NAVIDAD	26	27

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](mailto:nutricion@comedoresblanco.es)

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

**NO UTILIZAMOS NINGÚN TIPO DE PRECOCINADO**

Todos los menús van acompañados de pan y agua



# MENÚS PARA ALÉRGICOS E INTOLERANTES



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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3 MENÚ SOSTENIBLE	4	5	6
CREMA BRÓCOLI CARRILLADA SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	SOPA MENUDILLOS TORTILLA PATATA CAMPERA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	<b>ESPIRALES INTEGRALES</b> CON TOMATE Y BACON VENTRESCA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	CREMA CALABAZA RAGOUT POLLO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	FESTIVO
9	10	11	12	13
FESTIVO	ARROZ C/VERDURAS MERLUZA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	SOPA DE AVE ESTOFADO POLLO Y TERNERA FRUTA Y LECHE	PURÉ VERDURAS SAJONIA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	PATATAS C/CHORIZO PALOMETA C/TOMATE CON ENSALADA YOGUR
16	17	18 MENÚ GASTRONÓM. LA RIOJA	19	20 MENÚ FESTIVO
ESPAGUETIS C/TOMATE CHULETA CORDERO PLANCHA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	CREMA ZANAHORIA ECO FTE POLLO SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	PATATAS RIOJANAS CHULETA A LA RIOJANA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	SOPA DE MENUDILLOS RAPE REBOZADO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	ARROZ C/TOMATE NUGGETS CASEROS CHIPS FLAN
23	24	25	26	27
FELIZ NAVIDAD				

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](mailto:nutricion@comedoresblanco.es)

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

**NO UTILIZAMOS NINGÚN TIPO DE PRECOCINADO**

Todos los menús van acompañados de pan y agua

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



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3 MENÚ SOSTENIBLE	4	5	6
CREMA BRÓCOLI CARRILLADA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	GARBANZOS ECO C/VERD. TORTILLA PATATA CAMPERA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	<b>ESPIRALES INTEGRALES</b> CON TOMATE Y BACON HAMBURGUESA TERNERA FRUTA Y LECHE	J. VERDES REHOGADAS RAGOUT POLLO EN SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	FESTIVO
9	10	11	12	13
FESTIVO	ARROZ MILANESA FTE POLLO PLANCHA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA Y LECHE	PURÉ VERDURAS SAJONIA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	LENTEJAS CASERAS CONTRA TERNERA SALSA CON ENSALADA YOGUR
16	17	18 MENÚ GASTRONÓM. LA RIOJA	19	20 MENÚ FESTIVO
ESPAGUETIS C/TOMATE CHULETA CORDERO PLANCHA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	CREMA ZANAHORIA ECO FTE POLLO SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	PATATAS RIOJANAS CHULETA A LA RIOJANA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	J. PINTAS C/VERDURAS RAGOUT PAVO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	ARROZ C/TOMATE NUGGETS CASEROS CHIPS FLAN
23	24	25	26	27
FELIZ NAVIDAD				

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](mailto:nutricion@comedoresblanco.es)

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

**NO UTILIZAMOS NINGÚN TIPO DE PRECOCINADO**

Todos los menús van acompañados de pan y agua