



TRANSPORTADA

FEBRERO

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
3 CODITOS CON ATUN TORTILLA DE BRÓCOLI ENSALADA FRUTA Y LECHE	4 LENTEJAS C/ ARROZ INTEG CINTA DE LOMO CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	5 PATATAS A LA RIOJANA SALMÓN AL HORNO CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	6 MENÚ SOSTENIBLE CREMA CALABAZA ECO POLLO CAMPERO AJILLO CON PATATAS FRUTA Y LECHE	7 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO YOGUR
10 ARROZ C/TOMATE PALOMETA ANDALUZA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	11 J. PINTAS C/VERDURAS TORTILLA DE ATÚN CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	12 BRÓCOLI REHOGADO MAGRO CON TOMATE Y PATATAS FRUTA Y LECHE	13 ESPAGUETIS C/BACON MERLUZA A LA ASTURIANA FRUTA Y LECHE	14 CREMA DE CALABACÍN CONTRA DE TERNERA CON PATATAS FLAN
17 MENÚ GASTRONÓMICO ARROZ C/VERDURA GUIZO DE PESCADO FRUTA Y LECHE	18 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA Y LECHE	19 MACARRONES C/TOMATE RAPE ANDALUZA ENSALADA FRUTA Y LECHE	20 J. BLANCAS MARINERAS TORTILLA JAMÓN C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	21 J. VERDES REHOGADAS RAGOUT POLLO CON PATATAS YOGUR
24 PATATAS C/CALAMARES CROQUETAS DE JAMÓN CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	25 SOPA DE PICADILLO CHULETA SAJONIA RIOJANA ENSALADA FRUTA Y LECHE	26 ESPIRALES BOLOÑESA MERLUZA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	27 LENTEJAS C/VERDURAS POLLO ASADO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	28 NO LECTIVO

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 Gledin 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
3 CODITOS CON ATUN CONTRA TERNERA ENSALADA FRUTA Y LECHE	4 LENTEJAS C/ ARROZ INTEG CINTA DE LOMO CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	5 PATATAS A LA RIOJANA SALMÓN AL HORNO CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	6 MENÚ SOSTENIBLE CREMA CALABAZA ECO POLLO CAMPERO AJILLO CON PATATAS FRUTA Y LECHE	7 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO YOGUR
10 ARROZ C/TOMATE PALOMETA ANDALUZA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	11 J. PINTAS C/VERDURAS RAGOUT PAVO CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	12 BRÓCOLI REHOGADO MAGRO CON TOMATE Y PATATAS FRUTA Y LECHE	13 ESPAGUETIS C/BACON MERLUZA A LA ASTURIANA FRUTA Y LECHE	14 CREMA DE CALABACÍN CONTRA DE TERNERA CON PATATAS YOGUR
17 MENÚ GASTRONÓMICO ARROZ C/VERDURA GUIZO DE PESCADO FRUTA Y LECHE	18 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA Y LECHE	19 MACARRONES C/TOMATE RAPE ANDALUZA ENSALADA FRUTA Y LECHE	20 J. BLANCAS MARINERAS HAMBURGUESA TERNERA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	21 J. VERDES REHOGADAS RAGOUT POLLO CON PATATAS YOGUR
24 PATATAS C/CALAMARES CROQUETAS DE JAMÓN CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	25 SOPA DE PICADILLO CHULETA SAJONIA RIOJANA ENSALADA FRUTA Y LECHE	26 ESPIRALES BOLOÑESA MERLUZA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	27 LENTEJAS C/VERDURAS POLLO ASADO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	28 NO LECTIVO

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 Gledin 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
3 CODITOS CON ATUN TORTILLA DE BRÓCOLI ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	4 LENTEJAS C/ ARROZ INTEG CINTA DE LOMO CON ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	5 PATATAS A LA RIOJANA SALMÓN AL HORNO CON ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	6 MENÚ SOSTENIBLE CREMA CALABAZA ECO POLLO CAMPERO AJILLO CON PATATAS FRUTA Y LECHE S/L	7 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO YOGUR S/L O SOJA
10 ARROZ C/TOMATE PALOMETA ANDALUZA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	11 J. PINTAS C/VERDURAS TORTILLA DE ATÚN CON ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	12 BRÓCOLI REHOGADO MAGRO CON TOMATE Y PATATAS FRUTA Y LECHE S/L	13 ESPAGUETIS C/BACON MERLUZA A LA ASTURIANA FRUTA Y LECHE S/L	14 CREMA DE CALABACÍN CONTRA DE TERNERA CON PATATAS YOGUR S/L O SOJA
17 MENÚ GASTRONÓMICO ARROZ C/VERDURA GUIZO DE PESCADO FRUTA Y LECHE S/L	18 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA Y LECHE S/L	19 MACARRONES C/TOMATE RAPE ANDALUZA ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	20 J. BLANCAS MARINERAS TORTILLA JAMÓN C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	21 J. VERDES REHOGADAS RAGOUT POLLO CON PATATAS YOGUR S/L O SOJA
24 PATATAS C/CALAMARES CROQUETAS JAMÓN O HAMBURGUESA C/ENSALADA	25 SOPA DE PICADILLO CHULETA SAJONIA RIOJANA ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	26 ESPIRALES INT BOLOÑESA MERLUZA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	27 LENTEJAS C/VERDURAS POLLO ASADO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	28 NO LECTIVO

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 Gledin 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
3 CODITOS CON ATUN TORTILLA DE BRÓCOLI ENSALADA FRUTA Y LECHE	4 LENTEJAS C/ ARROZ INTEG RAGOUT PAVO CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	5 PATATAS C/VERDURAS SALMÓN AL HORNO CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	6 MENÚ SOSTENIBLE CREMA CALABAZA ECO POLLO CAMPERO AJILLO CON PATATAS FRUTA Y LECHE	7 SOPA COCIDO DE POLLO COCIDO DE POLLO YOGUR
10 ARROZ C/TOMATE PALOMETA ANDALUZA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	11 J. PINTAS C/VERDURAS TORTILLA DE ATÚN CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	12 BRÓCOLI REHOGADO HAMBURGUESA TERNERA Y PATATAS FRUTA Y LECHE	13 ESPAGUETIS C/TOMATE MERLUZA A LA ASTURIANA FRUTA Y LECHE	14 CREMA DE CALABACÍN CONTRA DE TERNERA CON PATATAS FLAN
17 MENÚ GASTRONÓMICO ARROZ C/VERDURA GUIZO DE PESCADO FRUTA Y LECHE	18 SOPA COCIDO DE POLLO COCIDO DE POLLO FRUTA Y LECHE	19 MACARRONES C/TOMATE RAPE ANDALUZA ENSALADA FRUTA Y LECHE	20 J. BLANCAS MARINERAS TORTILLA PATATA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	21 J. VERDES REHOGADAS RAGOUT POLLO CON PATATAS YOGUR
24 PATATAS C/CALAMARES CROQUETAS DE POLLO CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	25 SOPA DE VERDURAS CONTRA TERNERA ENSALADA FRUTA Y LECHE	26 ESPIRALES INT BOLOÑESA MERLUZA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	27 LENTEJAS C/VERDURAS POLLO ASADO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	28 NO LECTIVO

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 Gledin 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
3 CODITOS CON ATUN TORTILLA DE BRÓCOLI ENSALADA FRUTA Y LECHE	4 SOPA MENUDILLOS CINTA DE LOMO CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	5 PATATAS A LA RIOJANA SALMÓN AL HORNO CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	6 MENÚ SOSTENIBLE CREMA CALABAZA ECO POLLO CAMPERO AJILLO CON PATATAS FRUTA Y LECHE	7 SOPA DE AVE ESTOFADO POLLO Y TERNERA YOGUR
10 ARROZ C/TOMATE PALOMETA ANDALUZA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	11 PATATAS C/VERDURAS TORTILLA DE ATÚN CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	12 BRÓCOLI REHOGADO MAGRO CON TOMATE Y PATATAS FRUTA Y LECHE	13 ESPAGUETIS C/BACON MERLUZA A LA ASTURIANA FRUTA Y LECHE	14 CREMA DE CALABACÍN CONTRA DE TERNERA CON PATATAS FLAN
17 MENÚ GASTRONÓMICO ARROZ C/VERDURA GUIZO DE PESCADO FRUTA Y LECHE	18 SOPA DE AVE ESTOFADO POLLO Y TERNERA FRUTA Y LECHE	19 MACARRONES C/TOMATE RAPE ANDALUZA ENSALADA FRUTA Y LECHE	20 PATATAS MARINERAS TORTILLA JAMÓN C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	21 PURÉ VERDURAS RAGOUT POLLO CON PATATAS YOGUR
24 PATATAS C/CALAMARES CROQUETAS DE JAMÓN CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	25 SOPA DE VERDURAS CHULETA SAJONIA RIOJANA ENSALADA FRUTA Y LECHE	26 ESPIRALES INT BOLOÑESA MERLUZA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	27 SOPA MENUDILLOS POLLO ASADO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	28 NO LECTIVO

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

NO UTILIZAMOS NINGÚN TIPO DE PRECOCINADO

Todos los menús van acompañados de pan y agua

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



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3 CODITOS CON TOMATE TORTILLA DE BRÓCOLI ENSALADA FRUTA Y LECHE	4 LENTEJAS C/ARROZ INTEG CINTA DE LOMO CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	5 PATATAS A LA RIOJANA HAMBURGUESA TERNERA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	6 MENÚ SOSTENIBLE CREMA CALABAZA ECO POLLO CAMPERO AJILLO CON PATATAS FRUTA Y LECHE	7 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO YOGUR
10 ARROZ C/TOMATE CTA LOMO PLANCHA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	11 J. PINTAS C/VERDURAS TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	12 BRÓCOLI REHOGADO MAGRO CON TOMATE Y PATATAS FRUTA Y LECHE	13 ESPAGUETIS C/BACON FTE POLLO PLANCHA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	14 CREMA DE CALABACÍN CONTRA DE TERNERA CON PATATAS FLAN
17 MENÚ GASTRONÓMICO ARROZ C/VERDURA RAGOUT PAVO SALSAS FRUTA Y LECHE	18 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA Y LECHE	19 MACARRONES C/TOMATE CTA LOMO PLANCHA ENSALADA FRUTA Y LECHE	20 J. BLANCAS C/VERDURA TORTILLA JAMÓN C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	21 J. VERDES REHOGADAS RAGOUT POLLO CON PATATAS YOGUR
24 PATATAS C/VERDURAS CROQUETAS DE JAMÓN CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	25 SOPA DE PICADILLO CHULETA SAJONIA RIOJANA ENSALADA FRUTA Y LECHE	26 ESPIRALES INT BOLOÑESA PAVO EN SALSAS FRUTA Y LECHE	27 LENTEJAS C/VERDURAS POLLO ASADO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	28 NO LECTIVO

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

NO UTILIZAMOS NINGÚN TIPO DE PRECOCINADO

Todos los menús van acompañados de pan y agua