ENERO — MENÚS PARA ALÉRGICOS E INTOLERANTES — JUAN FALCÓ

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

*Para cualquier consulta, incluida información sobre alérgenos, podrán ponerse en contacto con Paloma Gladiné Martín, diplomada en Nutrición Humana y Dietética, Nº de colegiada MAD00246 en el teléfono **607 524 915** o en el correo electónico nutricion@comedoresblanco.es*
NO UTILIZAMOS NINGÚN TIPO DE PRECOCINADO
TODOS LOS MENÚS VAN ACOMPAÑADOS DE PAN Y AGUA
DOS VECES AL MES SE PONDRÁ FRUTA DE PROCEDENCIA ECOLÓGICA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
7 FESTIVO	8 LENTEJAS CON VERDURAS TORTILLA DE PATATAS C/ MENESTRA FRUTA	9 ARROZ C/ MARISCO POLLO AL LIMÓN CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	10 CASTILLA LA MANCHA *MACARRONES C/ QUESO* *MANCHEGO* *ATÚN CON PISTO* *FRUTA Y LECHE*	11 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO YOGUR
14 JUDÍAS VERDES CARNE EN SALSAC/PATATAS FRUTA Y LECHE	15 *MACARRONES BOLOÑESA* CAZÓN C/CALABACÍN Y ZANAHORIA FRUTA Y LECHE	16 SOPA DE MARISCO TORTILLA DE JAMÓN SERRANO C/ ENSALADA FRUTA Y LECHE	17 JUDÍAS PINTAS C/LACÓN SAN JACOBO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	18 CREMA DE ZANAHORIAS *ECOLÓGICAS* HAMBURGUESA CASERA CON PATATAS YOGUR
21 ARROZ A LA CUBANA C/HUEVO COCIDO CROQUETAS CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	22 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA Y LECHE	23 PURÉ DE BRÓCOLI CARNE EN SALSA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	24 CODITOS C/TOMATE FTE DE POLLO A LA PLANCHA C/ ENSALADA FRUTA Y LECHE	25 LENTEJAS C/*ARROZ INTEG* PALOMETA C/TOMATE Y ENSALADA YOGUR
28 SOPA DE POLLO SOLOMILLO CON PATATAS FRUTA Y LECHE	29 MENU SOSTENIBLE *J. BLANCAS ECO C/MAGRO* *TORTILLA DE CALABACÍN* *C/HUEVO CAMPERO Y* *ENSALADA* *FRUTA Y LECHE*	30 ESPAGUETIS CON QUESO MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS FRUTA Y LECHE	31 GUISANTES CON JAMÓN ALBÓNDIGAS EN SALSA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	

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

*Para cualquier consulta, incluida información sobre alérgenos, podrán ponerse en contacto con Paloma Gladiné Martín, diplomada en Nutrición Humana y Dietética, Nº de colegiada MAD00246 en el teléfono **607 524 915** o en el correo electónico nutricion@comedoresblanco.es*
NO UTILIZAMOS NINGÚN TIPO DE PRECOCINADO
TODOS LOS MENÚS VAN ACOMPAÑADOS DE PAN Y AGUA
DOS VECES AL MES SE PONDRÁ FRUTA DE PROCEDENCIA ECOLÓGICA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
7 FESTIVO	8 LENTEJAS CON VERDURAS HAMBURGUESA C/ MENESTRA FRUTA	9 ARROZ C/MARISCO POLLO AL LIMÓN CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	10 CASTILLA LA MANCHA *MACARRONES* *C/TOMATE* *ATÚN CON PISTO* *FRUTA Y LECHE*	11 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO YOGUR
14 JUDÍAS VERDES REHOGADAS CARNE EN SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	15 *MACARRONES BOLOÑESA* CAZÓN C/CALABACÍN Y ZANAHORIA FRUTA Y LECHE	16 SOPA DE MARISCO TERNERA SALSA C/ ENSALADA FRUTA Y LECHE	17 JUDÍAS PINTAS C/LACÓN CINTA DE LOMO CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	18 CREMA DE ZANAHORIAS *ECOLÓGICAS* HAMBURGUESA CASERA CON PATATAS YOGUR
21 ARROZ C/TOMATE CINTA DE LOMO CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	22 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA Y LECHE	23 PURÉ DE BRÓCOLI CARNE EN SALSA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	24 CODITOS CON TOMATE FTE DE POLLO A LA PLANCHA C/ ENSALADA FRUTA Y LECHE	25 LENTEJAS C/*ARROZ INTEG* PALOMETA C/TOMATE Y ENSALADA YOGUR
28 SOPA DE POLLO SOLOMILLO CON PATATAS FRUTA Y LECHE	29 MENU SOSTENIBLE *JUDIAS BLANCAS ECO* *C/MAGRO* *FTE POLLO SALSA* *C/CHAMPIÓN* *FRUTA Y LECHE*	30 ESPAGUETIS C/TOMATE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS FRUTA Y LECHE	31 GUISANTES CON JAMÓN ALBÓNDIGAS EN SALSA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	

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

*Para cualquier consulta, incluida información sobre alérgenos, podrán ponerse en contacto con Paloma Gladiné Martín, diplomada en Nutrición Humana y Dietética, Nº de colegiada MAD00246 en el teléfono **607 524 915** o en el correo electónico nutricion@comedoresblanco.es*
NO UTILIZAMOS NINGÚN TIPO DE PRECOCINADO
TODOS LOS MENÚS VAN ACOMPAÑADOS DE PAN Y AGUA
DOS VECES AL MES SE PONDRÁ FRUTA DE PROCEDENCIA ECOLÓGICA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
7 FESTIVO	8 LENTEJAS CON VERDURAS TORTILLA DE PATATAS C/ MENESTRA FRUTA	9 ARROZ C/ MARISCO POLLO AL LIMÓN CON ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	10 CASTILLA LA MANCHA *ESPIRALES* *C/TOMATE* *ATÚN CON PISTO* *FRUTA Y LECHE S/L*	11 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO YOGUR S/L O SOJA
14 JUDÍAS VERDES REHOGADAS CARNE EN SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE S/L	15 *MACARRONES INTEGRALES* *BOLOÑESA* CAZÓN C/CALABACÍN Y ZANAHORIA FRUTA Y LECHE S/L	16 SOPA DE MARISCO TORTILLA DE JAMÓN SERRANO C/ ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	17 JUDÍAS PINTAS C/LACÓN CINTA DE LOMO CON ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	18 CREMA DE ZANAHORIAS *ECOLÓGICAS* HAMBURGUESA CASERA CON PATATAS YOGUR S/L O SOJA
21 ARROZ A LA CUBANA C/HUEVO COCIDO CROQUETAS CON ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	22 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA Y LECHE S/L	23 PURÉ DE BRÓCOLI TERNERA EN SALSA CON PATATAS FRUTA Y LECHE S/L	24 CODITOS CON TOMATE FTE DE POLLO A LA PLANCHA C/ ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	25 LENTEJAS C/*ARROZ INTEG* PALOMETA C/TOMATE Y ENSALADA YOGUR S/L O SOJA
28 SOPA DE POLLO SOLOMILLO CON PATATAS FRUTA Y LECHE S/L	29 MENU SOSTENIBLE *J. BLANCAS ECO C/MAGRO* *TORTILLA DE CALABACÍN* *C/HUEVO CAMPERO Y* *ENSALADA* *FRUTA Y LECHE S/L*	30 ESPAGUETIS C/TOMATE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS FRUTA Y LECHE S/L	31 GUISANTES CON JAMÓN ALBÓNDIGAS EN SALSA CON PATATAS FRUTA Y LECHE S/L	

MENÚ SIN CERDO

*Para cualquier consulta, incluida información sobre alérgenos, podrán ponerse en contacto con Paloma Gladiné Martín, diplomada en Nutrición Humana y Dietética, Nº de colegiada MAD00246 en el teléfono **607 524 915** o en el correo electónico nutricion@comedoresblanco.es*
NO UTILIZAMOS NINGÚN TIPO DE PRECOCINADO
TODOS LOS MENÚS VAN ACOMPAÑADOS DE PAN Y AGUA
DOS VECES AL MES SE PONDRÁ FRUTA DE PROCEDENCIA ECOLÓGICA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
7 FESTIVO	8 LENTEJAS CON VERDURAS TORTILLA DE PATATAS C/ MENESTRA FRUTA	9 ARROZ C/ MARISCO POLLO AL LIMÓN CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	10 CASTILLA LA MANCHA *ESPIRALES C/ QUESO* *MANCHEGO* *ATÚN CON PISTO* *FRUTA Y LECHE*	11 SOPA COCIDO DE POLLO COCIDO DE POLLO YOGUR
14 J. VERDES REHOGADAS RAGOUT POLLO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	15 *MACARRONES INTEGRALES* *BOLOÑESA* CAZÓN C/CALABACÍN Y ZANAHORIA FRUTA Y LECHE	16 SOPA DE MARISCO TORTILLA PATATA C/ ENSALADA FRUTA Y LECHE	17 J. PINTAS C/VERDURA FTE DE POLLO CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	18 CREMA DE ZANAHORIAS *ECOLÓGICAS* HAMBURGUESA CASERA CON PATATAS NATILLAS
21 ARROZ A LA CUBANA C/HUEVO COCIDO CROQUETAS CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	22 SOPA COCIDO DE POLLO COCIDO DE POLLO FRUTA Y LECHE	23 PURÉ DE BRÓCOLI TERNERA EN SALSA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	24 FIDEUA FTE DE POLLO A LA PLANCHA C/ ENSALADA FRUTA Y LECHE	25 LENTEJAS C/*ARROZ INTEG* PALOMETA C/TOMATE Y ENSALADA YOGUR
28 SOPA DE POLLO SALCHICHAS AVE CON PATATAS FRUTA Y LECHE	29 MENU SOSTENIBLE *J. BLANCAS ECO C/VERDURAS* *TORTILLA DE CALABACÍN* *C/HUEVO CAMPERO Y* *ENSALADA* *FRUTA Y LECHE*	30 ESPAGUETIS CON QUESO MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS FRUTA Y LECHE	31 GUISANTES REHOGADOS ALBÓNDIGAS EN SALSA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	

MENÚS PARA ALÉRGICOS E INTOLERANTES

MENÚ SIN LEGUMBRES: INCLUIDO JUDÍAS VERDES, GUISANTES Y SOJA

*Para cualquier consulta, incluida información sobre alérgenos, podrán ponerse en contacto con Paloma Gladiné Martín, diplomada en Nutrición Humana y Dietética, Nº de colegiada MAD00246 en el teléfono **607 524 915** o en el correo electónico nutricion@comedoresblanco.es*

NO UTILIZAMOS NINGÚN TIPO DE PRECOCINADO
TODOS LOS MENÚS VAN ACOMPAÑADOS DE PAN Y AGUA
DOS VECES AL MES SE PONDRÁ FRUTA DE PROCEDENCIA ECOLÓGICA

VACACIONES DE NAVIDAD

LUNES	*MARTES*	*MIÉRCOLES*	*JUEVES*	*VIERNES*
7 FESTIVO	8 SOPA MENUDILLOS TORTILLA DE PATATAS C/ ENSALADA FRUTA	9 ARROZ C/ MARISCO POLLO AL LIMÓN CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	10 CASTILLA LA MANCHA *ESPIRALES C/ QUESO* *MANCHEGO* *ATÚN CON PISTO* *FRUTA Y LECHE*	11 SOPA DE AVE ESTOFADO DE POLLO Y TERNERA YOGUR
PURE DE VERDURAS CARNE EN SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	15 *MACARRONES INTEGRALES* *BOLOÑESA* CAZÓN C/CALABACÍN Y ZANAHORIA FRUTA Y LECHE	16 SOPA DE MARISCO TORTILLA DE JAMÓN SERRANO C/ ENSALADA FRUTA Y LECHE	17 PATATAS RIOJANA SAN JACOBO CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	18 CREMA DE ZANAHORIAS *ECOLÓGICAS* HAMBURGUESA CASERA CON PATATAS YOGUR
21 ARROZ A LA CUBANA C/HUEVO COCIDO CROQUETAS CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	22 SOPA DE AVE ESTOFADO DE POLLO Y TERNERA FRUTA Y LECHE	23 PURÉ DE BRÓCOLI CARNE EN SALSA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	24 FIDEUA FTE DE POLLO A LA PLANCHA C/ ENSALADA FRUTA Y LECHE	25 *ARROZ INTEG. C/TOMATE* PALOMETA SALSA Y ENSALADA YOGUR
28 MARMITACO DE BONITO SOLOMILLO CON PATATAS FRUTA Y LECHE	29 MENU SOSTENIBLE *CREMA REINA* *TORTILLA DE CALABACÍN* *C/HUEVO CAMPERO Y* *ENSALADA* *FRUTA Y LECHE*	30 ESPAGUETIS CON QUESO MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS FRUTA Y LECHE	31 CREMA CALABACÍN ALBÓNDIGAS EN SALSA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	

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

*Para cualquier consulta, incluida información sobre alérgenos, podrán ponerse en contacto con Paloma Gladiné Martín, diplomada en Nutrición Humana y Dietética, Nº de colegiada MAD00246 en el teléfono **607 524 915** o en el correo electónico nutricion@comedoresblanco.es*

NO UTILIZAMOS NINGÚN TIPO DE PRECOCINADO
TODOS LOS MENÚS VAN ACOMPAÑADOS DE PAN Y AGUA

VACACIONES DE NAVIDAD

LUNES	*MARTES*	*MIÉRCOLES*	*JUEVES*	*VIERNES*
7 FESTIVO	8 LENTEJAS CON VERDURAS TORTILLA DE PATATAS C/ MENESTRA FRUTA	9 ARROZ C/ TOMATE POLLO AL LIMÓN CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	10 CASTILLA LA MANCHA *ESPIRALES C/ QUESO* *MANCHEGO* *TERNERA CON PISTO* *FRUTA Y LECHE*	11 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO YOGUR
14 J. VERDES REHOGADAS CARNE EN SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	15 *MACARRONES INTEGRALES* *BOLOÑESA* RAGOUT DE PAVO C/VERDURA FRUTA Y LECHE	16 SOPA DE ARROZ TORTILLA DE JAMÓN SERRANO C/ ENSALADA FRUTA Y LECHE	17 JUDÍAS PINTAS C/LACÓN SAN JACOBO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	18 CREMA DE ZANAHORIAS *ECOLÓGICAS* HAMBURGUESA CASERA CON PATATAS NATILLAS
21 ARROZ A LA CUBANA C/HUEVO COCIDO CROQUETAS CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	22 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA Y LECHE	23 PURÉ DE BRÓCOLI TERNERA EN SALSA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	24 CODITOS CON TOMATE FTE DE POLLO A LA PLANCHA C/ ENSALADA FRUTA Y LECHE	25 LENTEJAS *C/ARROZ INTEG* CTA LOMO PLANCHA C/ENSALADA YOGUR
28 SOPA DE POLLO SOLOMILLO CON PATATAS FRUTA Y LECHE	29 MENU SOSTENIBLE *J. BLANCAS ECO C/MAGRO* *TORTILLA DE CALABACÍN* *C/HUEVO CAMPERO Y* *ENSALADA* *FRUTA Y LECHE*	30 ESPAGUETIS CON QUESO TERNERA SALSA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	31 GUISANTES CON JAMÓN ALBÓNDIGAS EN SALSA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	