



# FALCÓ

## ENERO

### MENÚS PARA ALÉRGICOS E INTOLERANTES



# Blanco

COMEDORES



#### 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



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)

3

Este menú ha sido revisado por Paloma Gladiñe 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

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)

3

Este menú ha sido revisado por Paloma Gladiñe 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
6 <b>REYES</b>	7 <b>NO LECTIVO</b>	8 CREMA CALABAZA CINTA LOMO C/PATATAS FRUTA EN ALMIBAR	9 ARROZ C/TOMATE TORTILLA FRANCESA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	10 <b>MENÚ GASTRONÓMICO</b> GUISILLO ANDALUZ ABADEJO ANDALUZA C/ENSALADA YOGUR
13 J. VERDES REHOGADAS CARRILLADA EN SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	14 MACARRONES BOLOÑESA RAPE C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	15 SOPA DE MARISCO LOMO SAJONIA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	16 J. BLANCAS C/LACÓN TORTILLA QUESO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	17 CREMA ZANAHORIA ECO HAMBURGUESA C/PATATAS FLAN
20 ARROZ CUBANA C/HUEVO RAPE ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	21 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA Y LECHE	22 PURÉ BRÓCOLI CARNE EN SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	23 PATATAS RIOJANA PALOMETA C/TOMATE ENSALADA FRUTA Y LECHE	24 J. PINTAS C/ARROZ INTEG FTE POLLO C/ENSALADA YOGUR
27 MARMITACO DE BONITO SOLOMILLO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	28 <b>MENÚ SOSTENIBLE</b> LENTEJAS ECO C/COSTILLAS TORTILLA CALABACÍN CON H.CAMPERO Y ENSALADA FRUTA Y LECHE	29 ESPAGUETIS NAPOLITANA MERLUZA SALSA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	30 GUISANTES C/JAMÓN ALBÓNDIGAS C/PATATAS FRUTA Y LECHE	31 GARBANZOS C/VERDURA VENTRESCA AL HORNO C/ENSALADA NATILLAS

#### 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 nuestro departamento de nutrición en el teléfono 607 524 915 o en el correo electrónico [nutricion@comedoresblanco.es](mailto:nutricion@comedoresblanco.es)

3

Este menú ha sido revisado por Paloma Gladiñe 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



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)

3

Este menú ha sido revisado por Paloma Gladiñe 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
6 <b>REYES</b>	7 <b>NO LECTIVO</b>	8 CREMA CALABAZA CINTA LOMO C/PATATAS FRUTA ALMIBAR	9 ARROZ C/TOMATE TORTILLA FRANCESA C/PATATAS FRUTA Y LECHE S/L	10 <b>MENÚ GASTRONÓMICO</b> GUISILLO ANDALUZ ABADEJO ANDALUZA C/ENSALADA YOGUR S/L O SOJA
13 J. VERDES REHOGADAS CARRILLADA EN SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE S/L	14 MACARRONES INTEGRALES BOLOÑESA RAPE C/VERDURAS FRUTA Y LECHE S/L	15 SOPA DE MARISCO LOMO SAJONIA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	16 J. BLANCAS C/LACÓN MERLUZA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	17 CREMA ZANAHORIA ECO HAMBURGUESA C/PATATAS YOGUR S/L O SOJA
20 ARROZ CUBANA C/HUEVO RAPE ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	21 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA Y LECHE S/L	22 PURÉ BRÓCOLI CARNE SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE S/L	23 FIDEUA C/MARISCO PALOMETA C/TOMATE ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	24 J. PINTAS C/ARROZ INTEG FTE POLLO C/ENSALADA YOGUR S/L O SOJA
27 MARMITACO DE BONITO SOLOMILLO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	28 <b>MENÚ SOSTENIBLE</b> LENTEJAS ECO C/VERDURA TORTILLA CALABACÍN CON H.CAMPERO Y ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	29 ESPAGUETIS NAPOLITANA MERLUZA SALSA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE S/L	30 GUISANTES C/JAMÓN ALBÓNDIGAS C/PATATAS FRUTA Y LECHE S/L	31 GARBANZOS C/VERDURA VENTRESCA AL HORNO C/ENSALADA YOGUR S/L O SOJA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
6 <b>REYES</b>	7 <b>NO LECTIVO</b>	8 CREMA CALABAZA RAG. PAVO C/PATATAS FRUTA ALMIBAR	9 ARROZ C/TOMATE TORTILLA FRANCESA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	10 <b>MENÚ GASTRONÓMICO</b> GUISILLO ANDALUZ ABADEJO ANDALUZA C/ENSALADA YOGUR
13 J. VERDES REHOGADAS FTE DE TERNERA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	14 MACARRONES INTEGRALES BOLOÑESA RAPE C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	15 SOPA DE MARISCO TORTILLA PATATA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	16 J. BLANCAS C/VERDURA TORTILLA QUESO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	17 CREMA ZANAHORIA ECO HAMBURGUESA TERNERA C/PATATAS FLAN
20 ARROZ CUBANA C/HUEVO RAPE ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	21 SOPA COCIDO DE POLLO COCIDO DE POLLO FRUTA Y LECHE	22 PURÉ BRÓCOLI RAG. PAVO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	23 FIDEUA C/MARISCO PALOMETA C/TOMATE ENSALADA FRUTA Y LECHE	24 J. PINTAS C/ARROZ INTEG FTE POLLO C/ENSALADA YOGUR
27 MARMITACO DE BONITO FTE POLLO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	28 <b>MENÚ SOSTENIBLE</b> LENTEJAS ECO C/VERDURA TORTILLA CALABACÍN CON H.CAMPERO Y ENSALADA FRUTA Y LECHE	29 ESPAGUETIS NAPOLITANA MERLUZA SALSA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	30 GUISANTES REHOGADOS ALBÓNDIGAS C/PATATAS FRUTA Y LECHE	31 GARBANZOS C/VERDURA VENTRESCA AL HORNO C/ENSALADA NATILLAS



# 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](mailto: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

3

VACACIONES DE NAVIDAD

6	7	8	9	10 MENÚ GASTRONÓMICO
REYES	NO LECTIVO	CREMA CALABAZA CINTA LOMO C/PATATAS FRUTA ALMIBAR	ARROZ C/TOMATE TORTILLA FRANCESA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	 <b>GUISILLO ANDALUZ</b>  <b>ABADEJO ANDALUZ</b>  <b>C/ENSALADA</b> <b>YOGUR</b>
13	14	15	16	17
PURE VERDURAS CARRILLADA EN SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	MACARRONES <b>INTEGRALES</b> BOLOÑESA RAPE C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	SOPA DE MARISCO LOMO SAJONIA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	PATATAS C/LACÓN TORTILLA QUESO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	CREMA ZANAHORIA <b>ECO</b> HAMBURGUESA C/PATATAS FLAN
20	21	22	23	24
ARROZ CUBANA C/HUEVO RAPE ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	SOPA DE AVE ESTOFADO POLLO Y TERNERA FRUTA Y LECHE	PURÉ BRÓCOLI CARNE SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	FIDEUA C/MARISCO PALOMETA C/TOMATE ENSALADA FRUTA Y LECHE	<b>ARROZ INTEG</b> C/TOMATE FTE POLLO C/ENSALADA YOGUR
27	28 MENÚ SOSTENIBLE	29	30	31
MARMITACO DE BONITO SOLOMILLO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	 <b>SOPA MENUDILLOS</b> <b>TORTILLA CALABACÍN CON</b> <b>H. CAMPERO Y ENSALADA</b> <b>FRUTA Y LECHE</b>	ESPAGUETIS NAPOLITANA MERLUZA SALSA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	CREMA CALABACIN ALBÓNDIGAS C/PATATAS FRUTA Y LECHE	ARROZ C/VERDURAS VENTRESCA AL HORNO C/ENSALADA NATILLAS

## MENÚ SIN PESCADO NI MARISCO: EN ALERGI 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](mailto: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

3

VACACIONES DE NAVIDAD

6	7	8	9	10 MENÚ GASTRONÓMICO
REYES	NO LECTIVO	CREMA CALABAZA CINTA LOMO C/PATATAS FRUTA ALMIBAR	ARROZ C/TOMATE TORTILLA FRANCESA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	 <b>GUISILLO ANDALUZ</b>  <b>HAMBURGUESA</b>  <b>C/ENSALADA</b> <b>YOGUR</b>
13	14	15	16	17
J. VERDES REHOGADAS CARRILLADA EN SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	MACARRONES <b>INTEGRALES</b> BOLOÑESA FTE POLLO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	SOPA DE ARROZ LOMO SAJONIA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	J. BLANCAS C/LACÓN TORTILLA QUESO FRUTA Y LECHE	CREMA ZANAHORIA <b>ECO</b> HAMBURGUESA C/PATATAS FLAN
20	21	22	23	24
ARROZ CUBANA C/HUEVO CINTA LOMO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA Y LECHE	PURÉ BRÓCOLI CARNE SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	PATATAS RIOJANA CONTRA TERNERA ENSALADA FRUTA Y LECHE	J. PINTAS C/ <b>ARROZ INTEG</b> FTE POLLO C/ENSALADA YOGUR
27	28 MENÚ SOSTENIBLE	29	30	31
PATATAS C/VERDURAS SOLOMILLO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	 <b>LENTEJAS ECO C/COSTILLAS</b> <b>TORTILLA CALABACÍN CON</b> <b>H. CAMPERO Y ENSALADA</b> <b>FRUTA Y LECHE</b>	ESPAGUETIS NAPOLITANA RAGOUT DE PAVO FRUTA Y LECHE	GUISANTES C/JAMÓN ALBÓNDIGAS C/PATATAS FRUTA Y LECHE	GARBANZOS C/VERDURA CINTA DE LOMO C/ENSALADA NATILLAS