

# MENÚS PARA ALÉRGICOS E INTOLERANTES



mar-18

JUAN FALCÓ

## MENU SIN GLUTEN

		JUEVES 1		VIERNES 2	
		PURE DE VERDURAS		LENTEJAS CASERAS	
		HAMBURGUESA CASERA PATATAS FRUTA Y LECHE		FTE PESCADILLA CON ENSALADA NATILLAS	
LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9	
PAELLA VALENCIANA	GARBANZOS ESTOFADOS	COLIFLOR C/BECHAMEL O PURE	MACARRONES NAPOLITANA	PATATAS CON POTA	
BACALADITOS REBOZADOS C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	POLLO CON TOMATE Y VERDURA FRUTA Y LECHE	SOLOMILLO SALSA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	MERLUZA ANDALUZA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	TORTILLA DE QUESO CON ENSALADA FLAN	
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16	
J. VERDES C/TOMATE O PURE	LENTEJAS CON VERDURAS	MACARRONES C/ATUN	SOPA DE COCIDO	ARROZ CON TOMATE	
CARNE EN SALSAS C/PATATAS FRUTA Y LECHE	VENTRESCA MERLUZA C/TOMATE Y ZANAH FRUTA Y LECHE	TORTILLA PAVO CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	COCIDO MADRILEÑO	MARRAJO CON ENSALADA YOGUR	
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22		
SOPA MENUDILLOS	CODITOS CON QUESO	JUDIAS PINTAS HORTELANAS	PATATAS CON CALABACIN		
LACON GALLEGA C/ PURE DE PATATA FRUTA Y LECHE	TORTILLA PAISANA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	CROQUETAS CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	FTE DE MERLUZA ENSALADA YOGUR		

## MENU SIN HUEVO

		JUEVES 1		VIERNES 2	
		PURE DE VERDURAS		LENTEJAS CASERAS	
		HAMBURGUESA CASERA PATATAS FRUTA Y LECHE		FTE PESCADILLA CON ENSALADA YOGUR	
LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9	
PAELLA VALENCIANA	GARBANZOS ESTOFADOS	COLIFLOR C/BECHAMEL O PURE	MACARRONES NAPOLITANA	PATATAS CON POTA	
BACALADITOS REBOZADOS C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	POLLO CON TOMATE Y VERDURA FRUTA Y LECHE	SOLOMILLO SALSA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	MERLUZA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	TERNERA SALSA CON ENSALADA YOGUR	
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16	
J. VERDES C/TOMATE O PURE	LENTEJAS CON VERDURAS	MACARRONES C/ATUN	SOPA DE COCIDO	ARROZ CON TOMATE	
CARNE EN SALSAS C/PATATAS FRUTA Y LECHE	VENTRESCA MERLUZA C/TOMATE Y ZANAH FRUTA Y LECHE	RAGOUT PAVO CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	COCIDO MADRILEÑO	MARRAJO CON ENSALADA YOGUR	
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22		
SOPA MENUDILLOS	CODITOS CON QUESO	JUDIAS PINTAS HORTELANAS	PATATAS CON CALABACIN		
LACON GALLEGA C/ PURE DE PATATA FRUTA Y LECHE	HAMBURGUESA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	FTE DE POLLO CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	FTE DE MERLUZA ENSALADA YOGUR		

Para cualquier consulta podrán ponerse en contacto con la dietista al siguiente correo electrónico: [nutricion@comedoresblanco.es](mailto:nutricion@comedoresblanco.es) o al teléfono 607524915

## MENÚ SIN LACTOSA

		JUEVES 1		VIERNES 2	
		PURE DE VERDURAS		LENTEJAS CASERAS	
		HAMBURGUESA CASERA PATATAS FRUTA Y LECHE		FTE PESCADILLA CON ENSALADA YOGUR SOJA	
LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9	
PAELLA VALENCIANA	GARBANZOS ESTOFADOS	COLIFLOR C/BECHAMEL O CREMA CALABAZA	MACARRONES NAPOLITANA	PATATAS CON POTA	
BACALADITOS REBOZADOS C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	POLLO CON TOMATE Y VERDURA FRUTA Y LECHE S/L	SOLOMILLO SALSA CON PATATAS FRUTA Y LECHE S/L	MERLUZA ANDALUZA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA YOGUR SOJA	
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16	
J. VERDES C/TOMATE O PURE	LENTEJAS CON VERDURAS	ESPIRALES C/ATUN	SOPA DE COCIDO	ARROZ CON TOMATE	
CARNE EN SALSAS C/PATATAS FRUTA Y LECHE S/L	VENTRESCA MERLUZA C/TOMATE Y ZANAH FRUTA Y LECHE S/L	TORTILLA PAVO CON ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	COCIDO MADRILEÑO	MARRAJO CON ENSALADA YOGUR SOJA	
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22		
SOPA MENUDILLOS	CODITOS CON TOMATE	JUDIAS PINTAS HORTELANAS	PATATAS CON CALABACIN		
LACON GALLEGA C/ PURE DE PATATA FRUTA Y LECHE S/L	TORTILLA PAISANA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	CROQUETAS CON ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	FTE DE MERLUZA ENSALADA YOGUR SOJA		

## MENÚ SIN CERDO

		JUEVES 1		VIERNES 2	
		PURE DE VERDURAS		LENTEJAS CON VERDURAS	
		HAMBURGUESA CASERA PATATAS FRUTA Y LECHE		FTE PESCADILLA CON ENSALADA NATILLAS	
LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9	
PAELLA VERDURAS	GARBANZOS C/VERDURA	COLIFLOR C/BECHAMEL O PURE	MACARRONES NAPOLITANA	PATATAS CON POTA	
BACALADITOS REBOZADOS C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	POLLO CON TOMATE Y VERDURA FRUTA Y LECHE	RAGOUT PAVO CON PATATAS FRUTA Y LECHE	MERLUZA ANDALUZA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	TORTILLA DE QUESO CON ENSALADA FLAN	
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16	
J. VERDES C/TOMATE O PURE	LENTEJAS CON VERDURAS	ESPIRALES C/ATUN	SOPA DE AVE	ARROZ CON TOMATE	
TERNERA SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	VENTRESCA MERLUZA C/TOMATE Y ZANAH FRUTA Y LECHE	TORTILLA PAVO CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	COCIDO DE POLLO	MARRAJO CON ENSALADA YOGUR	
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22		
SOPA MENUDILLOS	CODITOS CON QUESO	JUDIAS PINTAS HORTELANAS	PATATAS CON CALABACIN		
SALCHICHAS AVE C/ PURE DE PATATA FRUTA Y LECHE	TORTILLA PAISANA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	CROQUETAS CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	FTE DE MERLUZA ENSALADA YOGUR		

**MENÚ SIN LEGUMBRES (SIN JUDÍAS VERDES/SIN GUI SANTES)**

		<b>JUEVES 1</b>		<b>VIERNES 2</b>
		PURE DE VERDURAS		SOPA ARROZ
		HAMBURGUESA CASERA PATATAS FRUTA Y LECHE		PESCADILLA CON ENSALADA YOGUR
<b>LUNES 5</b>	<b>MARTES 6</b>	<b>MIÉRCOLES 7</b>	<b>JUEVES 8</b>	<b>VIERNES 9</b>
PAELLA VALENCIANA	SOPA FIDEOS	COLIFLOR C/BECHAMEL O PURE	MACARRONES NAPOLITANA	PATATAS CON POTA
BACALADITOS REBOZADOS C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	POLLO CON TOMATE Y VERDURA FRUTA Y LECHE	SOLOMILLO SALSA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	MERLUZA ANDALUZA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	TORTILLA DE QUESO CON ENSALADA YOGUR
<b>LUNES 12</b>	<b>MARTES 13</b>	<b>MIÉRCOLES 14</b>	<b>JUEVES 15</b>	<b>VIERNES 16</b>
CREMA PUERRO	PATATAS CON VERDURAS	ESPIRALES C/ATUN	SOPA DE FIDEOS	ARROZ CON TOMATE
CARNE EN SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	VENTRESCA MERLUZA C/TOMATE Y ZANAH FRUTA Y LECHE	TORTILLA PATATA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	POLLO CON PATATAS FRUTA Y LECHE	MARRAJO CON ENSALADA YOGUR
<b>LUNES 19</b>	<b>MARTES 20</b>	<b>MIÉRCOLES 21</b>	<b>JUEVES 22</b>	
SOPA MENUDILLOS	CODITOS CON QUESO	PATATAS CON VERDURAS	PATATAS CON CALABACIN	
CTA DE LOMO PLANCHA C/ PURE DE PATATA FRUTA Y LECHE	TORTILLA PAISANA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	CROQUETAS CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	FTE DE MERLUZA ENSALADA YOGUR	

Para cualquier consulta: [nutricion@comedoresblanco.es](mailto:nutricion@comedoresblanco.es) o al teléfono 607524915

**MENÚ SIN PESCADO NI MARISCO**

		<b>JUEVES 1</b>		<b>VIERNES 2</b>
		PURE DE VERDURAS		LENTEJAS CASERAS
		HAMBURGUESA CASERA PATATAS FRUTA Y LECHE		FTE PESCADILLA CON ENSALADA NATILLAS
<b>LUNES 5</b>	<b>MARTES 6</b>	<b>MIÉRCOLES 7</b>	<b>JUEVES 8</b>	<b>VIERNES 9</b>
PAELLA VERDURA	GARBANZOS ESTOFADOS	COLIFLOR C/BECHAMEL O PURE	MACARRONES NAPOLITANA	PATATAS CON VERDURAS
RAGOUT PAVO SALSA CON GUI SANTES FRUTA Y LECHE	POLLO CON TOMATE Y VERDURA FRUTA Y LECHE	SOLOMILLO SALSA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	SALCHICHAS DE AVE CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	TORTILLA DE QUESO CON ENSALADA FLAN
<b>LUNES 12</b>	<b>MARTES 13</b>	<b>MIÉRCOLES 14</b>	<b>JUEVES 15</b>	<b>VIERNES 16</b>
J. VERDES C/TOMATE O PURE	LENTEJAS CON VERDURAS	ESPIRALES C/TOMATE	SOPA DE COCIDO	ARROZ CON TOMATE
CARNE EN SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	FTE POLLO C/TOMATE Y ZANAH FRUTA Y LECHE	TORTILLA PAVO CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	COCIDO MADRILEÑO FRUTA Y LECHE	TERNERA SALSA CON ENSALADA YOGUR
<b>LUNES 19</b>	<b>MARTES 20</b>	<b>MIÉRCOLES 21</b>	<b>JUEVES 22</b>	
SOPA MENUDILLOS	CODITOS CON QUESO	JUDIAS PINTAS HORTELANAS	PATATAS CON CALABACIN	
LACON GALLEGA C/ PURE DE PATATA FRUTA Y LECHE	TORTILLA PAISANA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	CROQUETAS CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	FTE DE TERNERA ENSALADA YOGUR	