



PAN INTEGRAL UNA VEZ A LA SEMANA

JAVIER DE MIGUEL

MAYO 2022



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 FESTIVO	3 LENTEJAS C/VERDURAS TORTILLA DE PAVO C/ENSALADA FRUTA EN ALMÍBAR LENTILS STEW WITH VEGETABLES TURKEY OMELETTE WITH SALAD FRUIT IN SYRUP	4 CREMA VICHY CTA LOMO C/PATATAS FRUTA Y LECHE VICHY PUREE LOIN FILLET WITH CHIPS FRUIT AND MILK	5 ARROZ C/TOMATE FILETE DE POLLO EMPANADO CASERO C/ENSALADA YOGUR TOMATO RICE BREADED CHICKEN WITH SALAD YOGHURT	6 MENÚ GASTRONÓMICO ASTURIAS FABADA ASTURIANA MERLUZA A LA ASTURIANA C/VERDURAS FRUTA
9 PAELLA MIXTA CABALLA CON TOMATE C/ ENSALADA FRUTA Y LECHE MIXED PAELLA FISH WITH TOMATO AND SALAD FRUIT AND MILK	10 PURE DE VERDURAS TOTILLA DE PATATAS C/ ENSALADA FRUTA Y LECHE VEGETABLES PURÉE POTATOES OMELETTE WITH SALAD FRUIT AND MILK	11 J. PINTAS C/ARROZ INT BACALADITOS ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA BUTTER BEANS WITH INTEG. RICE BREADED FISH WITH SALAD FRUIT	12 ENSALADA DE PASTA POLLO EN SALSA C/MENESTRA YOGUR SALAD PASTA CHICKEN IN SAUCE WITH VEG YOGHURT	13 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA NOODLES SOUP MADRID STYLE STEW FRUIT
16 FESTIVO	17 MENU SOSTENIBLE LENTEJAS ECO CASERAS TORTILLA DE BRÓCOLI C/HUEVO CAMPERO Y ENSALADA FRUTA	18 CODITOS C/ VERDURAS MERLUZA EN SALSA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE PASTA WITH VEGETABLES HAKE FILLET IN SAUCE WITH VEGETABLES FRUIT AND MILK	19 J. BLANCAS HORTELANAS TERNERA EN SALSA C/VERDURAS FRUTA BUTTER BEANS STEW MEAT IN SAUCE WITH VEGET. FRUIT	20 ENSALADA CAMPERA BACALAO C/ ENSALADA YOGUR COUNTRY SALAD COD WITH SALAD YOGHURT
23 LENTEJAS CASERAS SALMON EN SALSA VERDE CON HUEVO Y GUISANTE FRUTA LENTILS STEW SALMON IN GREEN SAUCE FRUIT	24 J. VERDES REHOGADAS ALBÓNDIGAS CASERAS C/PATATAS FRUTA Y LECHE SAUTÉED FRENCH BEANS MEATABALLS WITH CHIPS FRUIT AND MILK	25 LASAÑA BOLOÑESA CAZÓN A LA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE LASAGNE BOLOGNESE FISH WITH SALAD FRUIT AND MILK	17 MENU SOSTENIBLE CREMA DE ZANAHORIAS Y PUERRO FILETE DE POLLO CAMPERO C/PATATAS YOGUR	SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA NOODLES SOUP MADRID STYLE STEW FRUIT
30 MACARRONES INTEG. C/TOMATE PALOMETA REBOZADA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE INTEGRAL PASTA WITH TOMATO BREADED SEABREAM WITH VEG. FRUIT AND MILK	31 PATATAS CON MAGRO TORTILLA DE BONITO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE POTATOES WITH MEAT TUNA OMELETTE WITH SALAD FRUIT AND MILK	<p>El menú ha sido revisado por dietistas-nutricionistas colegiadas del departamento de nutrición. Para cualquier consulta sobre menú o alérgenos, podrán ponerse en contacto en el teléfono 607 524 915 o en el email: nutricion@comedoresblanco.es</p> <p>Todos los menús van acompañados de pan y agua</p> <p>Debido a la situación actual del mercado, puede haber variación en el tipo de pescado indicado en el menú, tratando de respetar la familia de procedencia.</p>		

BEBE DE 6 A 8 VASOS DE AGUA AL DÍA

NO UTILIZAMOS NINGÚN TIPO DE PRECOCINADO



J. DE MIGUEL MAYO

MENÚS PARA ALÉRGICOS E INTOLERANTES



COMEDORES Blanco



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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 FESTIVO	3 LENTEJAS C/ VERDURAS TORTILLA DE PAVO C/ ENSALADA FRUTA EN ALMIBAR	4 CREMA VICHY CINTA DE LOMO C/ PATATAS FRUTA Y LECHE	5 ARROZ C/TOMATE FTE POLLO EMPANADO C/ENSALADA YOGUR	6 MENU GASTRONOMICO FABADA ASTURIANA MERLUZA ASTURIANA C/VERDURAS FRUTA
9 PAELLA MIXTA CABALLA C/ TOMATE Y ENSALADA FRUTA Y LECHE	10 PURÉ DE VERDURAS TORTILLA DE PATATAS C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	11 J. PINTAS C/ARROZ INT BACALADITOS ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	12 ENSALADA DE PASTA POLLO EN SALSA C/MENESTRA YOGUR	13 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA
16 FESTIVO	17 MENU SOSTENIBLE LENTEJAS ECO CASERAS TORTILLA BRÓCOLI CAMPERA C/ENSALADA FRUTA	18 CODITOS C/ VERDURAS MERLUZA EN SALSA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	19 J. BLANCAS HORTELANAS TERNERA EN SALSA C/ VERDURAS FRUTA	20 ENSALADA CAMPERA BACALAO C/ ENSALADA YOGUR
23 LENTEJAS CASERAS SALMON SALSA VERDE CON HUEVO Y GUISANTE FRUTA	24 J. VERDES REHOGADAS ALBÓNDIGAS CASERAS C/PATATAS FRUTA Y LECHE	25 LASAÑA BOLOÑESA CAZÓN ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	17 MENU SOSTENIBLE CREMA DE ZANAHORIAS Y PUERRO FTE DE POLLO CAMPERO C/PATATAS YOGUR	27 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA
30 MACARRONES C/ TOMATE PALOMETA REBOZADA C/VERD. FRUTA Y LECHE	31 PATATAS CON MAGRO TORTILLA DE BONITO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	El menú ha sido revisado por dietistas-nutricionistas colegiadas del departamento de nutrición. Para consulta sobre menú o alérgenos, podrán ponerse en contacto en el teléfono 607 524 915 o en el email: nutricion@comedoresblanco.es NO UTILIZAMOS NINGÚN TIPO DE PRECOCINADO Todos los menús van acompañados de pan y agua SE COCINA CON ACEITE DE OLIVA		

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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 FESTIVO	3 LENTEJAS C/ VERDURAS SALCHICHAS DE PAVO C/ ENSALADA FRUTA EN ALMIBAR	4 CREMA VICHY CINTA DE LOMO C/ PATATAS FRUTA Y LECHE	5 ARROZ C/TOMATE FTE DE POLLO PLANCHA C/ENSALADA YOGUR	6 MENU GASTRONOMICO FABADA ASTURIANA MERLUZA ASTURIANA C/VERDURAS FRUTA
9 PAELLA MIXTA CABALLA C/ TOMATE Y ENSALADA FRUTA Y LECHE	10 PURÉ DE VERDURAS HAMBURGUESA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	11 J. PINTAS C/ARROZ INT BACALADITOS ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	12 ENSALADA DE PASTA POLLO EN SALSA C/MENESTRA YOGUR	13 SOPA DE AVE COCIDO DE POLLO FRUTA
16 FESTIVO	17 MENU SOSTENIBLE LENTEJAS ECO C/ VERDURAS CINTA DE LOMO C C/ENSALADA FRUTA	18 CODITOS C/ VERDURAS MERLUZA EN SALSA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	19 J. BLANCAS HORTELANAS TERNERA EN SALSA C/ VERDURAS FRUTA	20 PURÉ DE VERDURAS BACALAO C/ ENSALADA YOGUR
23 LENTEJAS C/ VERDURAS SALMON SALSA VERDE C/ GUISANTE FRUTA	24 J. VERDES REHOGADAS ALBÓNDIGAS CASERAS C/PATATAS FRUTA Y LECHE	25 ESPAGUETIS C/ TOMATE CAZÓN ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	17 MENU SOSTENIBLE CREMA DE ZANAHORIAS Y PUERRO FTE DE POLLO CAMPERO C/PATATAS YOGUR	27 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA
30 MACARRONES C/ TOMATE PALOMETA REBOZADA C/VERD. FRUTA Y LECHE	31 PATATAS C/ MAGRO TORTILLA DE BONITO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	El menú ha sido revisado por dietistas-nutricionistas colegiadas del departamento de nutrición. Para consulta sobre menú o alérgenos, podrán ponerse en contacto en el teléfono 607 524 915 o en el email: nutricion@comedoresblanco.es NO UTILIZAMOS NINGÚN TIPO DE PRECOCINADO Todos los menús van acompañados de pan y agua SE COCINA CON ACEITE DE OLIVA		

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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 FESTIVO	3 LENTEJAS C/ VERDURAS TORTILLA DE PAVO C/ ENSALADA FRUTA EN ALMIBAR	4 CREMA VICHY CINTA DE LOMO C/ PATATAS FRUTA Y LECHE S/L	5 ARROZ C/TOMATE FTE POLLO EMPANADO C/ENSALADA YOGUR S/L O SOJA	6 MENU GASTRONOMICO FABADA ASTURIANA MERLUZA ASTURIANA C/VERDURAS FRUTA
9 PAELLA MIXTA CABALLA C/ TOMATE Y ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	10 PURÉ DE VERDURAS TORTILLA DE PATATAS C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	11 J. PINTAS C/ARROZ INT BACALADITOS ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	12 ENSALADA DE PASTA POLLO EN SALSA C/MENESTRA YOGUR S/L O SOJA	13 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA
16 FESTIVO	17 MENU SOSTENIBLE LENTEJAS ECO CASERAS TORTILLA BRÓCOLI CAMPERA C/ENSALADA FRUTA	18 CODITOS C/ VERDURAS MERLUZA EN SALSA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE S/L	19 J. BLANCAS HORTELANAS TERNERA EN SALSA C/ VERDURAS FRUTA	20 ENSALADA CAMPERA BACALAO C/ ENSALADA YOGUR S/L O SOJA
23 LENTEJAS CASERAS SALMON SALSA VERDE CON HUEVO Y GUISANTE FRUTA	24 J. VERDES REHOGADAS ALBÓNDIGAS CASERAS C/PATATAS FRUTA Y LECHE S/L	25 ESPAGUETIS C/ TOMATE CAZÓN ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	17 MENU SOSTENIBLE CREMA DE ZANAHORIAS Y PUERRO FTE DE POLLO CAMPERO C/PATATAS YOGUR S/L O SOJA	27 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA
30 MACARRONES C/ TOMATE PALOMETA REBOZADA C/VERD. FRUTA Y LECHE S/L	31 PATATAS CON MAGRO TORTILLA DE BONITO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	El menú ha sido revisado por dietistas-nutricionistas colegiadas del departamento de nutrición. Para consulta sobre menú o alérgenos, podrán ponerse en contacto en el teléfono 607 524 915 o en el email: nutricion@comedoresblanco.es NO UTILIZAMOS NINGÚN TIPO DE PRECOCINADO Todos los menús van acompañados de pan y agua SE COCINA CON ACEITE DE OLIVA		

MENÚ SIN CERDO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 FESTIVO	3 LENTEJAS C/ VERDURAS TORTILLA DE PAVO C/ ENSALADA FRUTA EN ALMIBAR	4 CREMA VICHY FILETE RUSO C/ PATATAS FRUTA Y LECHE	5 ARROZ C/TOMATE FTE POLLO EMPANADO C/ENSALADA YOGUR	6 MENU GASTRONOMICO JUDÍAS BLANCAS C/ VERD. MERLUZA ASTURIANA C/VERDURAS FRUTA
9 PAELLA MIXTA CABALLA C/ TOMATE Y ENSALADA FRUTA Y LECHE	10 PURÉ DE VERDURAS TORTILLA DE PATATAS C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	11 J. PINTAS C/ARROZ INT BACALADITOS ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA	12 ENSALADA DE PASTA POLLO EN SALSA C/MENESTRA YOGUR	13 SOPA DE VE COCIDO DE POLLO FRUTA
16 FESTIVO	17 MENU SOSTENIBLE LENTEJAS ECO TORTILLA BRÓCOLI CAMPERA C/ENSALADA FRUTA	18 CODITOS C/ VERDURAS MERLUZA EN SALSA C/VERDURAS FRUTA Y LECHE	19 J. BLANCAS HORTELANAS TERNERA EN SALSA C/ VERDURAS FRUTA	20 ENSALADA CAMPERA BACALAO C/ ENSALADA YOGUR
23 LENTEJAS C/ VERDURAS SALMON SALSA VERDE CON HUEVO Y GUISANTE FRUTA	24 J. VERDES REHOGADAS ALBÓNDIGAS CASERAS C/PATATAS FRUTA Y LECHE	25 LASAÑA BOLOÑESA CAZÓN ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	17 MENU SOSTENIBLE CREMA DE ZANAHORIAS Y PUERRO FTE DE POLLO CAMPERO C/PATATAS YOGUR	27 SOPA DE VE COCIDO DE POLLO FRUTA
30 MACARRONES C/ TOMATE PALOMETA REBOZADA C/VERD. FRUTA Y LECHE	31 PATATAS C/ VERDURAS TORTILLA DE BONITO C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	El menú ha sido revisado por dietistas-nutricionistas colegiadas del departamento de nutrición. Para consulta sobre menú o alérgenos, podrán ponerse en contacto en el teléfono 607 524 915 o en el email: nutricion@comedoresblanco.es NO UTILIZAMOS NINGÚN TIPO DE PRECOCINADO Todos los menús van acompañados de pan y agua SE COCINA CON ACEITE DE OLIVA		