

**Comidas sin 28 alérgenos (ATML, por sus siglas en inglés)**

<2024DIC-2025FEB>

\*Tenga en cuenta que el menú puede cambiar.

Almuerzo/cena		
Rutas	Menú	Ingredientes
<p><b>Todos los vuelos desde Japón</b></p> <p>* Para los números de vuelo escritos a continuación, este menú se servirá en el segundo servicio de comida. [Desde HANEDA] NH160(JFK) / 203(FRA) / 217(MUC) / 205(VIE) / 207(MXP) / 221(ARN)</p>	Pescado blanco frito Arroz al vapor con hierba de shiso japonés o Umai Don	Pescado blanco frito con arroz al vapor con hierba de shiso japonés/arroz al vapor con hierba de shiso japonés (arroz, hierba de shiso japonés), pescado blanco frito (merluza de cola azul, condimento en polvo, caldo de sopa china, aceite de canola, jengibre), salsa al estilo japonés (caldo de dashi, azúcar de remolacha, condimentos, tapioca, paprika), verduras salteadas (brócoli, zanahoria, caldo de sopa china, aceite de canola, consomé de verduras) Umai Don/cebolla, carne de caballo, konjac, hongos ostra, caldo de alga, azúcar de remolacha, almidón modificado, hidróxido de calcio
	Pescado blanco marinado con salsa de curri	Bacalao, pimienta roja y amarillo, raíz de loto, sal, maíz, aceite de oliva, harina de arroz, condimento de curri, aderezo de estilo japonés (bardana, cebolla, zanahoria y apio)
	Pan de arroz	Harina de arroz, aceite de canola, azúcar, sal, levadura seca, trehalosa, espesante de polisacáridos
	Jalea de pera	Jugo de pera, jarabe de maíz de alta fructosa, azúcar, agar, konjac, ácido cítrico, citrato de sodio, saborizantes y antioxidantes
	Galleta de arroz sabor fresa	Harina de arroz, margarina, harina de maíz, azúcar, manteca a base de arroz, pasta de fresa, almidón de maíz
	Jugo de uva	Jugo de uva 100 % puro
	<p><b>Todos los vuelos hacia Japón</b></p> <p>* Excepto vuelos que salen desde América del Norte (excepto Canadá)</p>	Umai don
Arroz no glutinoso		Arroz no glutinoso
Pescado blanco marinado con salsa de curri		Bacalao, pimienta roja y amarillo, raíz de loto, sal, maíz, aceite de oliva, harina de arroz, condimento de curri, aderezo de estilo japonés (bardana, cebolla, zanahoria y apio)
Pan de arroz		Harina de arroz, aceite de canola, azúcar, sal, levadura seca, trehalosa, espesante de polisacáridos
Jalea de pera		Jugo de pera, jarabe de maíz de alta fructosa, azúcar, agar, konjac, ácido cítrico, citrato de sodio, saborizantes y antioxidantes
Galleta de arroz sabor fresa		Harina de arroz, margarina, harina de maíz, azúcar, manteca a base de arroz, pasta de fresa, almidón de maíz
Jugo de uva		Jugo de uva 100 % puro
<p><b>Vuelos desde América del Norte(excepto Canadá) hacia Japón</b></p>	Caballa española asada con miso	Caballa española, jengibre, concentrado de caldo de kombu, mijo de miso, salsa de mijo, azúcar de remolacha, aceite de canola
	Pescado blanco marinado con salsa de curri	Bacalao, pimienta roja y amarillo, raíz de loto, sal, maíz, aceite de oliva, harina de arroz, condimento de curri, aderezo de estilo japonés (bardana, cebolla, zanahoria y apio)
	Galleta de quínoa	Quínoa, azúcar de remolacha, almidón de palma sago, manteca orgánica, trehalosa, polvos de hornear, sal, calcio de coral
	Galleta de arroz	Arroz no glutinoso, salsa de arroz, almidón de palma, azúcar de remolacha
	Bolo de calabaza (galleta redonda pequeña)	Almidón de palma sago, tapioca, manteca orgánica, calabaza en polvo, azúcar de remolacha, polvos de hornear, sal
	Arroz no glutinoso	Arroz no glutinoso
	Galleta de arroz sabor fresa	Harina de arroz, margarina, harina de maíz, azúcar, manteca a base de arroz, pasta de fresa, almidón de maíz
	Jugo de uva	Jugo de uva 100 % puro

Segunda comida		
Rutas	Menú	Ingredientes
<p><b>Los siguientes vuelos desde Japón hasta América del Norte, México y Europa</b></p> <p><b>[Desde NARITA]</b> NH010(JFK)/006(LAX)/008(SFO)/012,122(ORD)/002(IAD)/174,124(IAH)/178(SEA)/180(MEX)/231(BRU)</p> <p><b>[Desde HANEDA]</b> NH110(JFK)/126(LAX)/112(ORD)/102(IAD)/114(IAH)/118(SEA)/211(LHR)/215(CDG)/223(FRA)/219(IST)</p> <p><b>* Para los números de los vuelos escritos a continuación, este menú se servirá en el primer servicio de comida.</b></p> <p><b>[Desde HANEDA]</b> NH160(JFK) / 203(FRA) / 217(MUC) / 205(VIE) / 207(MXP) / 221(ARN)</p>	Mebarú asado a las hierbas con arroz de maíz	Mebarú asado a las hierbas (mebarú, sopa, aceite de oliva, consomé de verduras, ajo, albahaca), arroz de maíz (arroz, maíz, concentrado de sopa china, zanahoria, azúcar de remolacha, consomé de verduras, sal), namul de espinaca y brotes de soya (brotes de soya, espinaca, zanahoria, aceite de canola, sal, consomé de verduras, pimienta, ajo)
	Pan de arroz	Harina de arroz, aceite de canola, azúcar, sal, levadura seca, trehalosa, espesante de polisacáridos
	Jalea de uva	Jugo de uva (fructosa y glucosa líquida), azúcar líquida, azúcar, agar, konjac, ácido cítrico, saborizante, citrato de sodio, antioxidante (vitamina C)
	Galleta de arroz sabor fresa	Harina de arroz, margarina, harina de maíz, azúcar, manteca a base de arroz, pasta de fresa, almidón de maíz
	Jugo de uva	Jugo de uva 100 % puro
	Pastel de arroz con sabor a chocolate	Arroz molido (doméstico), azúcar de remolacha, leche de coco, manteca (aceite de palma), jarabe de oligosacárido, masa de cacao, almidón (palma sago), cacao en polvo, sal, polvo de hornear
	<p><b>Los siguientes vuelos desde Europa y México a Japón</b></p> <p><b>[Hacia NARITA]</b> NH179(MEX)/232(BRU)</p> <p><b>[Hacia HANEDA]</b> NH212(LHR)/216(CDG)/224,204(FRA)/218(MUC)/206(VIE)/208(MXP)/222(ARN)/220(IST)</p>	Caballa española asada con miso
Pan de arroz		Harina de arroz, aceite de canola, azúcar, sal, levadura seca, trehalosa, espesante de polisacáridos
Arroz no glutinoso		Arroz no glutinoso
Jalea de uva		Jugo de uva (fructosa y glucosa líquida), azúcar líquida, azúcar, agar, konjac, ácido cítrico, saborizante, citrato de sodio, antioxidante (vitamina C)
Galleta de arroz sabor fresa		Harina de arroz, margarina, harina de maíz, azúcar, manteca a base de arroz, pasta de fresa, almidón de maíz
Jugo de uva		Jugo de uva 100 % puro
Pastel de arroz con sabor a chocolate		Arroz molido (doméstico), azúcar de remolacha, leche de coco, manteca (aceite de palma), jarabe de oligosacárido, masa de cacao, almidón (palma sago), cacao en polvo, sal, polvo de hornear
<p><b>Los siguientes vuelos de América del Norte a Japón</b></p> <p><b>[Hacia NARITA]</b> NH009(JFK)/011,121(ORD)/005(LAX)/007(SFO)/001(IAD)/173,123(IAH)/177(SEA)/183,181(HNL)</p> <p><b>[Hacia HANEDA]</b> NH101(IAD)/109,159(JFK)/111(ORD)/125, 105(LAX)/107(SFO)/117(SEA)/113(IAH)/185(HNL)</p>	Pescado blanco en salsa de curri	Merluza de cola azul, cebolla, salsa (extracto de levadura, melaza de remolacha, sal, extracto de caldo, extracto de hongos shiitake), zanahorias, hongos shimeji, sopa en polvo, azúcar de remolacha, jengibre, condimento, consomé de verduras, curri en polvo, ajo, trehalosa, almidón procesado
	Arroz no glutinoso	Arroz no glutinoso
	Galleta de arroz sabor fresa	Harina de arroz, margarina, harina de maíz, azúcar, manteca a base de arroz, pasta de fresa, almidón de maíz
	Jugo de uva	Jugo de uva 100 % puro

Comida ligera/bocadillos		
Rutas	Menú	Ingredientes
<p><b>Los siguientes vuelos desde Japón</b></p> <p>[Desde NARITA] NH184,182(HNL)/136(YVR)/881(PER)/829(BOM)</p> <p>[Desde HANEDA] NH186(HNL)/116(YVR)/889,879(SYD)/837(DEL)</p> <p><b>Los siguientes vuelos a Japón</b></p> <p>[Desde NARITA] NH135(YVR)/882(PER)</p> <p>[Desde HANEDA] NH115 (YVR)/890 (SYD)</p>	Jalea de uva	Jugo de uva (fructosa y glucosa líquida), azúcar líquida, azúcar, agar, konjac, ácido cítrico, saborizante, citrato de sodio, antioxidante (vitamina C)
	Galleta de azúcar de arce	Sorgo blanco, manteca (palma), azúcar de arce, azúcar de remolacha, almidón (tapioca), camote, oligosacárido de isomalt, polvo de hornear, sal, extracto de té
	Jugo de uva	Jugo de uva 100 % puro
<p><b>Los siguientes vuelos desde Japón</b></p> <p>[Desde NARITA] NH010(JFK)/012,122(ORD)/002(IAD)/174,124(IAH)/180(MEX)/231(BRU)/803,801(SIN)/807,805(BKK)/835(CGK)/815(KUL)</p> <p>[Desde HANEDA] NH110,160(JFK)/106(LAX)/108(SFO)/112(ORD)/102(IAD)/114(IAH)/211(LHR)/215(CDG)/223,203(FRA)/217(MUC)/205(VIE)/207(MXP)/221(ARN)/219(IST)/843,841(SIN)/849,877,847(BKK)/855,871(CGK)/885(KUL)</p> <p><b>Los siguientes vuelos a Japón</b></p> <p>[Desde NARITA] NH179(MEX)/804,802(SIN)/808,806(BKK)/836(CGK)/816(KUL)/830(BOM)</p> <p>[Desde HANEDA] NH880(SYD)/844,842(SIN)/850,848,878(BKK)/872,856(CGK)/886(KUL)/838(DEL)</p>	Galleta de azúcar de arce	Sorgo blanco, manteca (palma), azúcar de arce, azúcar de remolacha, almidón (tapioca), camote, oligosacárido de isomalt, polvo de hornear, sal, extracto de té
	Galletas caseras (galletas de chocolate)	Almidón de palma sago, azúcar de remolacha, aceite de canola, masa de cacao, calabaza en polvo, cacao, sal, polvos de hornear
<p><b>Los siguientes vuelos a Japón</b></p> <p>[A NARITA] NH009(JFK) / 011,121(ORD) / 001(IAD) / 173,123(IAH)</p> <p>[A HANEDA] NH101(IAD) / 109,159(JFK) / 111(ORD)/ 113(IAH)</p>		