

**Comida Libre de 28 Alérgenos (ATML, por sus siglas en inglés <2025MAR-2025MAY>**

\*Por favor tome en cuenta que el menú puede cambiar.

Almuerzo/ Cena		
Rutas	Menú	Ingredientes
<b>Todos los vuelos desde Japón</b>  * En los números de vuelo que se mencionan a continuación, se servirá este menú como segundo servicio de comida. [Desde HANEDA] NH160(JFK)/203(FRA)/217(MUC)/205(VIE)/207(MXP)/221(ARN)	Pescado Blanco frito Arroz al Vapor con Hierbas de Shiso Japonés o Umai Don	Pescado Blanco Frito con Arroz al Vapor con Hierbas 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 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 en salsa de curry o bacalao marinado en salsa de curry	Pescado blanco marinado en salsa de curry/bacalao, paprika roja/amarilla, raíz de loto, sal, maíz, aceite de oliva, polvo de arroz, especias de curry, aderezo japonés (bardana, cebolla, zanahoria y apio) Bacalao marinado en salsa de curry/abadejo, paprika roja/amarilla, aceite de oliva para alimentos, maíz, vinagre de arroz, aderezo de salsa de soja, sopa china, harina de arroz frito, remolacha dulce, extracto de levadura, pimentón, polvo de curry/polvo para hornear
	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, Acido 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
<b>Todos los Vuelos Hacia Japón</b> * Excepto Vuelos con Origen en América del Norte (excepto Canadá)	Umai Don	Cebolla, Carne de Caballo, Konjac, Hongos Ostra, Concentrado de Caldo de Kombu, Azúcar de Remolacha, Almidón Procesado, Hidróxido de Calcio
	Arroz No Glutinoso	Arroz No Glutinoso
	Pescado blanco marinado en salsa de curry o bacalao marinado en salsa de curry	Pescado blanco marinado en salsa de curry/bacalao, paprika roja/amarilla, raíz de loto, sal, maíz, aceite de oliva, polvo de arroz, especias de curry, aderezo japonés (bardana, cebolla, zanahoria y apio) Bacalao marinado en salsa de curry/abadejo, paprika roja/amarilla, aceite de oliva para alimentos, maíz, vinagre de arroz, aderezo de salsa de soja, sopa china, harina de arroz frito, remolacha dulce, extracto de levadura, pimentón, polvo de curry/polvo para hornear
	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, Acido 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
<b>Vuelos desde América del Norte(excepto Canadá) hacia Japón</b>	Jugo de Uva	Jugo de uva 100 % puro
	Caballa Española Cocida a Fuego Lento en Miso	Caballa Española, Jengibre, Concentrado de Caldo de Kombu, Mijo de Miso, Salsa de Mijo, Azúcar de Remolacha, Aceite de Canola
	Pescado blanco marinado en salsa de curry o bacalao marinado en salsa de curry	Pescado blanco marinado en salsa de curry/bacalao, paprika roja/amarilla, raíz de loto, sal, maíz, aceite de oliva, polvo de arroz, especias de curry, aderezo japonés (bardana, cebolla, zanahoria y apio) Bacalao marinado en salsa de curry/abadejo, paprika roja/amarilla, aceite de oliva para alimentos, maíz, vinagre de arroz, aderezo de salsa de soja, sopa china, harina de arroz frito, remolacha dulce, extracto de levadura, pimentón, polvo de curry/polvo para hornear
	Galleta de Quinoa	Quínoa, Azúcar de Remolacha, Almidón de Palma Sago, Manteca Orgánica, Trehalosa, Polvo para 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, Polvo para 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
<b><u>Los Siguientes Vuelos Desde Japón hacia América del Norte, México y Europa</u></b>  <b>[Desde NARITA]</b> NH010(JFK)/006(LAX)/008(SFO)/012(ORD)/002(IAD)/174(IAH)/180(MEX)/231(BRU)  <b>[Desde HANEDA]</b> NH110(JFK)/126(LAX)/112(ORD)/102(IAD)/114(IAH)/211(LHR)/215(CDG)/223(FRA)/219(IST)  <b>* Para los números de vuelo escritos a continuación, este menú se servirá en el primer servicio de comida.</b>  <b>[Desde HANEDA]</b> NH160(JFK) / 203(FRA) / 217(MUC) / 205(VIE) / 207(MXP) / 221(ARN)	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, Voncentrado 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, Acido 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 para Hornear
	Caballa Española Cocida a Fuego Lento en Miso	Caballa Española, Jengibre, Concentrado de Caldo de Kombu, Mijo de Miso, Salsa de Mijo, Azúcar de Remolacha, Aceite de Canola
<b><u>Los Siguientes vuelos desde Europa y México a Japón</u></b>  <b>[Hacia NARITA]</b> NH179(MEX)/232(BRU)  <b>[Hacia HANEDA]</b> NH212(LHR)/216(CDG)/224,204(FRA)/218(MUC)/206(VIE)/208(MXP)/222(ARN)/220(IST)	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, Acido 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 para Hornear
	Pescado Blanco en Salsa de Curry	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, Curry en Polvo, Ajo, Trehalosa, Almidón Procesado
<b><u>Los Siguientes vuelos de América del Norte a Japón</u></b>  <b>[Hacia NARITA]</b> NH009(JFK)/011,121(ORD)/005(LAX)/007(SFO)/001(IAD)/173,123(IAH)/177(SEA)/183,181(HNL)  <b>[Hacia HANEDA]</b> NH101(IAD)/109,159(JFK)/111(ORD)/125, 105(LAX)/107(SFO)/117(SEA)/113(IAH)/185(HNL)	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
<b>Los Siguientes Vuelos desde Japón</b>  [Desde NARITA] NH178(SEA)/NH184,182(HNL)/136(YVR)/881(PER)/829(BOM)  [Desde HANEDA] NH118(SEA)/NH186(HNL)/116(YVR)/889,879(SYD)/837(DEL)  <b>Los Siguientes Vuelos Hacia Japón</b>  [Hacia NARITA] NH135(YVR)/882(PER)  [Hacia HANEDA] NH115(YVR)/890(SYD)	Jalea de Uva	Jugo de Uva (Fructosa y Glucosa Líquida), Azúcar Líquida, Azúcar, Agar, Konjac, Acido 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
<b>Los Siguientes Vuelos Desde Japón</b>  [Desde NARITA] NH010(JFK)/012(ORD)/002(IAD)/174(IAH)/180(MEX)/231(BRU)/803,801(SIN)/807,805(BKK)/835(CGK)/815(KUL)  [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)  <b>Los siguientes vuelos hacia Japón</b>  [Hacia NARITA] NH179(MEX)/804,802(SIN)/808,806(BKK)/836(CGK)/816(KUL)/830(BOM)  [Hacia HANEDA] NH880(SYD)/844,842(SIN)/850,848,878(BKK)/872,856(CGK)/886(KUL)/838(DEL)	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
<b>Los Siguientes Vuelos a Japón</b>  [A NARITA] NH009(JFK)/011,121(ORD)/001(IAD)/173,123(IAH)  [A HANEDA] NH101(IAD)/109,159(JFK)/111(ORD)/113(IAH)	Galletas Caseras (Galletas de Chocolate)	Almidón de Palma Sago, Azúcar de Remolacha, Aceite de Canola, Masa de Cacao, Calabaza en Polvo, Cacao, Sal, Polvo para Hornear