

Comida Libre de 28 Alérgenos (ATML, por sus siglas en inglés) <2026Septiembre-2026Noviembre>

* Por favor tome en cuenta que el menú está sujeto a cambios.

Almuerzo/ Cena		
Rutas	Menú	Ingredientes
Todos los vuelos desde Japón * 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 y Arroz al Vapor con Shiso ó Hamburguesa de Filete de Pescado con Salsa de Carne	Pescado Blanco Frito con Arroz al Vapor y Shiso/Arroz al Vapor con Shiso (Arroz, Shiso), Pescado Blanco Frito *de Nueva Zelanda (Merluza de Cola Azul, Sopa Instantánea, Aceite de Canola, Mezcla de Harina de Arroz, Jengibre, Sopa, Condimentos Fermentados, Azúcar de Remolacha, Paprika, Espesante (Almidón Modificado), Trehalosa, Polvo para Hornear), Verduras Salteadas (Brócoli, Zanahoria, Sopa Instantánea, Aceite de Canola, Polvo Estilo Consomé) Hamburguesa de Pescado con Salsa de Carne/Pasta de Pescado (Besugo Dorado *de Tailandia, Almidón, Azúcar, Otros), Cebolla, Setas, Almidón (Palma Sago), Raíz de Loto, Ketchup, Salsa Barbacoa Japonesa, Zanahoria, Aceite de Canola, Caldo Rojo de Tomate, Azúcar de Remolacha, Salsa de Ostra, Sal, Ajo, Jugo de Jengibre, Espesante (Almidón Modificado, Xantana), Condimento (Aminoácido), Acidulante
	Bacalao Marinado en Salsa de Curry	Bacalao *de Noruega, Pimientos Rojos/Amarillos, Raíz de Loto, Aceite de Oliva, Grano de Maíz, Vinagre de Arroz, Alternativa de Salsa de Soya. Sopa China, Mezcla de Harina de Arroz, Azúcar de Remolacha, Extracto de Levadura, Pimienta, Polvo de Curry/Polvo para Hornear
	Panecillo de Arroz Integral Baguette de Harina de Arroz * El Panecillo de Arroz Integral se sirve únicamente en Clase Económica.	Panecillo de Arroz Integral/Harina de Arroz Integral No Glutinoso, Harina de Arroz Integral, Aceite de Salvado de Arroz, Azúcar de Remolacha, Cáscaras de Psilio, Levadura de Panadería, Sal, Producto Procesado de Konjac (Maltodextrina, Polvo de Konjac), Espesante Baguette de Harina de Arroz/Harina de Arroz No Glutinoso, Aceite de Salvado de Arroz, Aceite de Remolacha, Cáscaras de Psilio, Levadura de panadería, aceite de oliva, sal, Producto Procesado de Konjac (Maltodextrina, Polvo de Konjac), Espesante
	Jalea de Pera	Jugo de Pera, Jarabe de Maíz de Alta Fructosa, Azúcar, Agar, Konjac, Ácido Cítrico, Citrato de Sodio, Saborizantes, Antioxidantes (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
	Hamburguesa de Pescado con Salsa de Carne	Pasta de Pescado (Besugo Dorado *de Tailandia, Almidón, Azúcar, Otros), Cebolla, Setas, Almidón (Palma Sago), Raíz de Loto, Ketchup, Salsa Barbacoa Japonesa, Zanahoria, Aceite de Canola, Caldo Rojo de Tomate, Azúcar de Remolacha, Salsa de Ostra, Sal, Ajo, Jugo de Jengibre, Espesante (Almidón Modificado, Xantana), Condimento (Aminoácido), Acidulante
Todos los Vuelos Hacia Japón * Excepto en vuelos que salen desde América del Norte (excepto Canadá)	Arroz al Vapor	Arroz No Glutinoso
	Bacalao Marinado en Salsa de Curry	Bacalao *de Noruega, Pimientos Rojos/Amarillos, Raíz de Loto, Aceite de Oliva, Grano de Maíz, Vinagre de Arroz, Alternativa de Salsa de Soya. Sopa China, Mezcla de Harina de Arroz, Azúcar de Remolacha, Extracto de Levadura, Pimienta, Polvo de Curry/Polvo para Hornear
	Panecillo de Arroz Integral Baguette de Harina de Arroz * El Panecillo de Arroz Integral se sirve únicamente en Clase Económica.	Panecillo de Arroz Integral/Harina de Arroz Integral No Glutinoso, Harina de Arroz Integral, Aceite de Salvado de Arroz, Azúcar de Remolacha, Cáscaras de Psilio, Levadura de Panadería, Sal, Producto Procesado de Konjac (Maltodextrina, Polvo de Konjac), Espesante Baguette de Harina de Arroz/Harina de Arroz No Glutinoso, Aceite de Salvado de Arroz, Aceite de Remolacha, Cáscaras de Psilio, Levadura de Panadería, Aceite de Oliva, Sal, Producto Procesado de Konjac (Maltodextrina, Polvo de Konjac), Espesante
	Jalea de Pera	Jugo de Pera, Jarabe de Maíz de Alta Fructosa, Azúcar, Agar, Konjac, Ácido Cítrico, Citrato de Sodio, Saborizantes, Antioxidantes (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
	Hamburguesa de Pescado con Salsa de Carne	Pasta de Pescado (Besugo Dorado *de Tailandia, Almidón, Azúcar, Otros), Cebolla, Setas, Almidón (Palma Sago), Raíz de Loto, Ketchup, Salsa Barbacoa Japonesa, Zanahoria, Aceite de Canola, Caldo Rojo de Tomate, Azúcar de Remolacha, Salsa de Ostra, Sal, Ajo, Jugo de Jengibre, Espesante (Almidón Modificado, Xantana), Condimento (Aminoácido), Acidulante

Vuelos desde América del Norte(excepto Canadá)
hacia Japón

Caballa Española Cocida a Fuego Lento en Miso	Caballa española, Mijo de Miso, Azúcar de Remolacha, Jengibre, Alternativa de Salsa de Soya, Polvo de Alga
Bacalao Marinado en Salsa de Curry	Bacalao *de Noruega, Pimientos Rojos/Amarillos, Raíz de Loto, Aceite de Oliva, Grano de Maíz, Vinagre de Arroz, Alternativa de Salsa de Soya. Sopa China, Mezcla de Harina de Arroz, Azúcar de Remolacha, Extracto de Levadura, Pimienta, Polvo de Curry/Polvo para Hornear
Galleta de Quinoa	Quinoa, Almidón (Palma Sago), Azúcar de Remolacha, Aceite Vegetal (Aceite de Palma), Sal, Trehalosa, Bicarbonato de Sodio
Galleta de Arroz	Arroz No Glutinoso, Condimento de Arroz Fermentado, Azúcar de Remolacha, Almidón Modificado (Palma Sago)
Bolo de Calabaza (Galleta Redonda Pequeña)	Almidón de Palma Sago, Manteca (Palma), Azúcar de Remolacha, Polvo de Calabaza, Almidón de Tapioca, Sal, Bicarbonato de Sodio
Arroz al Vapor	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
<u>Los Siguientes Vuelos desde Japón hacia Norteamérica, México, Europa</u> [Desde NARITA] NH010(JFK) / 006(LAX) / 008(SFO) / 012(ORD) / 002(IAD) / 174(IAH) / 180 (MEX)/231 (BRU) [Desde HANEDA]NH110 (JFK) / 126 (LAX) / 112 (ORD) / 102 (IAD) / 114 (IAH) / 211 (LHR) / 215(CDG) / 223(FRA) / 219(IST) * En los números de vuelo que se mencionan a continuación, se servirá este menú como primer servicio de comida. [Desde HANEDA] NH160(JFK) / 203(FRA) / 217(MUC) / 205(VIE) / 207(MXP) / 221(ARN)	Mebarú Asado a las Hierbas con Arroz de Maíz	Arroz de Maíz (Arroz, Maíz, Sopa Instantánea, Zanahoria, Azúcar de Remolacha, Polvo Estilo Consomé, Sal, Trehalosa), Mebarú Asado a las Hierbas (Mebarú, Aceite de Oliva, Sopa, Albahaca, Polvo Estilo Consomé, Ajo, Trehalosa), Namul de Espinaca y Brotes de Soya (Brotes de Soya, Espinaca, Zanahoria, Aceite de Vanola, Sal, Polvo Estilo Consomé, Pimienta, Ajo, Trehalosa)
	Panecillo de Arroz Integral Baguette de Harina de Arroz La Baguette de Arroz Integral se sirve únicamente en Clase Económica.	Panecillo de Arroz Integral/Harina de Arroz Integral No Glutinoso, Harina de Arroz Integral, Aceite de Salvado de Arroz, Azúcar de Remolacha, Cáscaras de Psilio, Levadura de Panadería, Sal, Producto Procesado de Konjac (Maltodextrina, Polvo de Konjac), Espesante Baguette de Harina de Arroz/Harina de Arroz No Glutinoso, Aceite de Salvado de Arroz, Aceite de Remolacha, Cáscaras de Psilio, Levadura de Panadería, Aceite de Oliva, Sal, Producto Procesado de Konjac (Maltodextrina, Polvo de Konjac), Espesante
	jalea de Uva	Jugo de uva, Jarabe de Maíz de Alta Fructosa, Azúcar, Agar, Konjac, Acido Cítrico, Citrato de Sodio, Saborizantes, Antioxidantes (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	Harina de Arroz, Azúcar de Remolacha, Leche de Coco, Manteca (Aceite de Palma), Jarabe de Almidón, Masa de Cacao, Almidón (Palma Sago), Polvo de Cacao, Sal/Polvo para Hornear
	Caballa Española Cocida a Fuego Lento en Miso	Caballa Española, Mijo de Miso, Azúcar de Remolacha, Jengibre, Alternativa de Salsa de soya, Polvo de Alga
<u>Los Siguientes Vuelos desde Europa, México hacia Japón</u> [Hacia NARITA] NH179 (MEX)/232 (BRU) [Hacia HANEDA] NH212(LHR) / 216(CDG) / 224,204(FRA) / 218(MUC) / 206(VIE) / 208(MXP) / 222(ARN) / 220(IST)	Panecillo de Arroz Integral Baguette de Harina de Arroz La Baguette de Arroz Integral se sirve únicamente en Clase Económica.	Panecillo de Arroz Integral/Harina de Arroz Integral No Glutinoso, Harina de Arroz Integral, Aceite de Salvado de Arroz, Azúcar de Remolacha, Cáscaras de Psilio, Levadura de Panadería, Sal, Producto Procesado de Konjac (Maltodextrina, Polvo de Konjac), Espesante Baguette de Harina de Arroz/Harina de Arroz No Glutinoso, Aceite de Salvado de Arroz, Aceite de Remolacha, Cáscaras de Psilio, Levadura de Panadería, Aceite de Oliva, Sal, Producto Procesado de Konjac (Maltodextrina, Polvo de Konjac), Espesante
	Arroz al Vapor	Arroz No Glutinoso
	Jalea de Uva	Jugo de Uva, Jarabe de Maíz de Alta Fructosa, Azúcar, Agar, Konjac, Acido Cítrico, Citrato de Sodio, Saborizantes, Antioxidantes (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	Harina de Arroz, Azúcar de Remolacha, Leche de Coco, Manteca (Aceite de Palma), Jarabe de Almidón, Masa de Chocolate, Almidón (palma sago), polvo de cacao, sal/polvo para hornear

**Los Siguientes vuelos desde Norteamérica
hacia Japón**

[Hacia NARITA] NH009(JFK) / 011(ORD) / 005(LAX) / 007(SFO) / 001(IAD) / 173(IAH) / 177(SEA) / 183,181(HNL)

[Hacia HANEDA] NH101(IAD) / 109,159(JFK) / 111(ORD) / 125, 105(LAX) / 107(SFO) / 117(SEA) / 113(IAH) / 185(HNL)

Pescado Blanco en Salsa de Curry

Merluza de cola azul, cebolla, zanahoria, setas shimeji, sopa (sal, extracto de levadura, extracto de alga, extracto de setas shiitake),
Sopa Instantánea, Azúcar de Remolacha, Condimento Fermentado, Jugo de Jengibre, Polvo Estilo Consomé, Sal, Curry en Polvo, Ajo, Espesante (Almidón Modificado), Trehalosa

Arroz al Vapor

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
<u>Los Siguientes Vuelos Desde Japón</u> [Desde NARITA] NH178 (SEA)/184,182(HNL)/136(YVR)/881(PER)/829(BOM) [Desde HANEDA] NH118 (SEA)/186(HNL)/116(YVR)/889,879(SYD)/837(DEL) <u>Los Siguientes Vuelos hacia Japón</u> [Hacia NARITA] NH135 (YVR) / 882 (PER) [Hacia HANEDA] NH115 (YVR) / 890,880 (SYD)	Jalea de Uva	Jugo de Uva, Jarabe de Maíz de Alta Fructosa, Azúcar, Agar, Konjac, Acido Cítrico, Citrato de Sodio, Saborizantes, Antioxidantes (Vitamina C)
	Galleta de Azúcar de Maple	Polvo de Sorgo Blanco, Manteca (Palma), Azúcar de Arce, Azúcar de Remolacha, Almidón (Tapioca), Batatas Blancas, Sal, Polvo para Hornear, Extracto de Té
	Jugo de Uva	Jugo de Uva 100 % Puro
<u>Los Siguientes Vuelos desde Japón</u> [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) <u>Los Siguientes Vuelos hacia Japón</u> [Hacia NARITA] NH179(MEX) / 804,802(SIN) / 808,806(BKK) / 836(CGK) / 816(KUL) / 830(BOM) [Hacia HANEDA] NH844,842(SIN) / 850,848,878(BKK) / 872,856(CGK) / 886(KUL) / 838(DEL)	Galleta de Azúcar de Maple	Polvo de Sorgo Blanco, Manteca (Palma), Azúcar de Arce, Azúcar de Remolacha, Almidón (Tapioca), Batatas Blancas, Sal, Polvo para Hornear, Extracto de Té
<u>Los Siguientes Vuelos hacia Japón</u> [Hacia NARITA] NH009(JFK) / 011(ORD) / 001(IAD) / 173(IAH) [Hacia HANEDA] NH101(IAD) / 109,159(JFK) / 111(ORD)/ 113(IAH)	Galleta Casera (Galleta de Chocolate)	Almidón (Palma Sago), Azúcar de Remolacha, Aceite de Canola, Masa de Cacao, Calabaza en Polvo, Cacao, Sal, Bicarbonato de Sodio