

Comidas sin 28 alérgenos (ATML, por sus siglas en inglés)
<2025DEC-2026FEB>

* Por favor tenga en cuenta que el menú puede cambiar.

Almuerzo/ Cena		
Rutas	Menú	Ingredientes
Todos los vuelos nacionales desde Japón	Pescado blanco frito con arroz al vapor y hierbas de shiso japonés/arroz al vapor con shiso (arroz, shiso), pescado blanco frito (merluza de cola azul, sopa instantánea, aceite de canola, mezcla de harina de arroz, jengibre, sopa, condimentos, 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, almidón, azúcar, otros), cebolla, hongos, almidón (palma sago), raíz de loto, kétchup, 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), condimentos (aminoácido), acidulante	Pescado blanco frito con arroz al vapor y hierbas de shiso japonés/arroz al vapor con shiso (arroz, shiso), pescado blanco frito (merluza de cola azul, sopa instantánea, aceite de canola, mezcla de harina de arroz, jengibre, sopa, condimentos, 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, almidón, azúcar, otros), cebolla, hongos, almidón (palma sago), raíz de loto, kétchup, 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), condimentos (aminoácido), acidulante
	Bacalao Marinado en Salsa de Curry	Abadejo, Paprika Roja/Amarilla, Raíz de Loto, Aceite de Oliva para Alimentos, Maíz, Vinagre de Arroz, Aderezo de Salsa de Soya, Sopa China, Harina de Arroz Frito, Remolacha Dulce, Extracto de Levadura, Pimentón, Polvo de Curry/Polvo para Hornear
	Panecillo de Arroz Integral Baguette de Harina de Arroz * El panecillo de arroz integral solo se sirve en clase económica.	Panecillo de Arroz Integral/Harina de Arroz No Glutinoso, Harina de Arroz Integral, Aceite de Salvado de Arroz, Azúcar de Remolacha, Cáscaras de Ppsilio, Levadura de Panadería, Sal, Producto Procesado de Konjac (Caramelo en Polvo, Konjac en Polvo), Espesante Baguette de Harina de Arroz/Harina de Arroz No Glutinoso, Aceite de Salvado de Arroz, Azúcar de Remolacha, C áscaras de Psilio, Levadura de Panadería, Aceite de Oliva, Sal, Producto Procesado de Konjac (Caramelo en Polvo, Konjac en Polvo), Espesante
	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
	Pescado blanco frito con arroz al vapor y hierbas de shiso japonés/arroz al vapor con shiso (arroz, shiso), pescado blanco frito (merluza de cola azul, sopa instantánea, aceite de canola, mezcla de harina de arroz, jengibre, sopa, condimentos, 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, almidón, azúcar, otros), cebolla, hongos, almidón (palma sago), raíz de loto, kétchup, 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), condimentos (aminoácido), acidulante	Pescado blanco frito con arroz al vapor y hierbas de shiso japonés/arroz al vapor con shiso (arroz, shiso), pescado blanco frito (merluza de cola azul, sopa instantánea, aceite de canola, mezcla de harina de arroz, jengibre, sopa, condimentos, 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, almidón, azúcar, otros), cebolla, hongos, almidón (palma sago), raíz de loto, kétchup, 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), condimentos (aminoácido), acidulante
Todos los vuelos hacia Japón	Arroz No Glutinoso	Arroz No Glutinoso
	Bacalao Marinado en Salsa de Curry	Abadejo, Paprika Roja/Amarilla, Raíz de Loto, Aceite de Oliva para Alimentos, Maíz, Vinagre de Arroz, Aderezo de Salsa de Soya, Sopa China, Harina de Arroz Frito, Remolacha Dulce, Extracto de Levadura, Pimentón, Polvo de Curry/Polvo para Hornear
	Panecillo de Arroz Integral Baguette de Harina de Arroz * El panecillo de arroz integral solo se sirve en clase económica.	Panecillo de Arroz Integral/Harina de Arroz No Glutinoso, Harina de Arroz Integral, Aceite de Salvado de Arroz, Azúcar de Remolacha, Cáscaras de Ppsilio, Levadura de Panadería, Sal, Producto Procesado de Konjac (Caramelo en Polvo, Konjac en Polvo), Espesante Baguette de Harina de Arroz/Harina de Arroz No Glutinoso, Aceite de Salvado de Arroz, Azúcar de Remolacha, C áscaras de Psilio, Levadura de Panadería, Aceite de Oliva, Sal, Producto Procesado de Konjac (Caramelo en Polvo, Konjac en Polvo), Espesante
	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
	Caballa Española Cocida a Fuego Lento	Caballa Española, Jengibre, Concentrado de Caldo de Kombu, Mijo de Miso, Salsa de Mijo, Azúcar de Remolacha, Aceite de Canola
Vuelos desde América del Norte(excepto Canadá) hacia Japón	Bacalao Marinado en Salsa de Curry	Abadejo, Paprika Roja/Amarilla, Raíz de Loto, Aceite de Oliva para Alimentos, Maíz, Vinagre de Arroz, Aderezo de Salsa de Soya, 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 Pe	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
Los siguientes vuelos desde Japón hacia Norteamérica, México, Europa	Mebarú Asado a las Hierbas con Arroz	Mebarú Asado a las Hierbas (Mebarú, Sopa, Aceite de Oliva, Consomé de Verduras, Ajo, Albaricoque), 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, Dijoncito, Ajo)
[Desde NARITA] NH010(JFK) / 006(LAX) / 008(SFO) / 012(ORD) / 002(IAD) / 174(IAH) / 180 (MEX)/231 (BRU)	Panecillo de Arroz Integral Baguette de Harina de Arroz El baguette de arroz integral solo se sirve en clase económica.	Panecillo de Arroz Integral/Harina de Arroz No Glutinoso, Harina de Arroz Integral, Aceite de Salvado de Arroz, Azúcar de Remolacha, Cáscaras de Ppsilio, Levadura de Panadería, Sal, Producto Procesado de Konjac (Caramelo en Polvo, Konjac en Polvo), Espesante Baguette de Harina de Arroz/Harina de Arroz No Glutinoso, Aceite de Salvado de Arroz, Azúcar de Remolacha, Cáscaras de Psilio, Levadura de Panadería, Aceite de Oliva, Sal, Producto Procesado de Konjac (Caramelo en Polvo, Konjac en Polvo), Espesante
[Desde HANEDA] NH110 (JFK) / 126 (LAX) / 112 (ORD) / 102 (IAD) / 114 (IAH) / 211 (LHR) / 215(CDG) / 223(FRA) / 219(IST)	Jalea de Uva	Jugo de Uva (Fructosa y Glucosa Líquida), Azúcar Líquida, Azúcar, Agar, Konjac, Acido Cítrico, Saborizante, Citrato de Sodio, Antioxidante (Vitamina C)
* En los números de vuelo que se mencionan a continuación, se servirá este menú como primer servicio de comida.	Galleta de Arroz Sabor Fresa	Harina de Arroz, Margarina, Harina de Maíz, Azúcar, Manteca a Base de Arroz, Pasta de Fresa, Almidón de Maíz
[Desde HANEDA] NH160(JFK) / 203(FRA) / 217(MUC) / 205(VIE) / 207(MXP) / 221(ARN)	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
Los siguientes vuelos desde Europa, México hacia Japón	Caballa Española Cocida a Fuego Lento	Caballa Española, Jengibre, Concentrado de Caldo de Kombu, Mijo de Miso, Salsa de Mijo, Azúcar de Remolacha, Aceite de Canola
[Hacia NARITA] NH179 (MEX)/232 (BRU)	Panecillo de Arroz Integral Baguette de Harina de Arroz El baguette de arroz integral solo se sirve en clase económica.	Panecillo de Arroz Integral/Harina de Arroz No Glutinoso, Harina de Arroz Integral, Aceite de Salvado de Arroz, Azúcar de Remolacha, Cáscaras de Ppsilio, Levadura de Panadería, Sal, Producto Procesado de Konjac (Caramelo en Polvo, Konjac en Polvo), Espesante Baguette de Harina de Arroz/Harina de Arroz No Glutinoso, Aceite de Salvado de Arroz, Azúcar de Remolacha, Cáscaras de Psilio, Levadura de Panadería, Aceite de Oliva, Sal, Producto Procesado de Konjac (Caramelo en Polvo, Konjac en Polvo), Espesante
[Hacia HANEDA] NH212(LHR) / 216(CDG) / 224,204(FRA) / 218(MUC) / 206(VIE) / 208(MXP) / 222(ARN) / 220(IST)	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
Los siguientes vuelos desde Norteamérica hacia Japón	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 Shitake), Zanahorias, Hongos Shimeji, Sopa en Polvo, Azúcar de Remolacha, Jengibre, Condimento, Consomé de Verduras, Curry en Polvo, Ajo, Trehalosa, Almidón Procesado
[Hacia NARITA] NH009(JFK) / 011,121(ORD) / 005(LAX) / 007(SFO) / 001(IAD) / 173,123(IAH) / 177(SEA) / 183,181(HNL)	Arroz No Glutinoso	Arroz No Glutinoso
[Hacia HANEDA] NH101(IAD) / 109,159(JFK) / 111(ORD) / 125, 105(LAX) / 107(SFO) / 117(SEA) / 113(IAH) / 185(HNL)	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
Los siguientes vuelos desde Japón <p>[Desde NARITA] NH178(SEA) / NH184,182(HNL) / 136(YVR) / 881(PER) / 829(BOM)</p> <p>[Desde HANEDA] NH118(SEA) / NH186(HNL) / 116(YVR) / 889,879(SYD) / 837(DEL)</p>	Jalea de Uva Galleta de Azúcar de Maple Jugo de Uva	Jugo de Uva (Fructosa y Glucosa Líquida), Azúcar Líquida, Azúcar, Agar, Konjac, Ácido Cítrico, Saborizante, Citrato de Sodio, Antioxidante (Vitamina C) Sorgo Blanco, Manteca (Palma), Azúcar de Arce, Azúcar de Remolacha, Almidón (Tapioca), Camote, Oligosacárido de Isomalt, Polvo para Hornear, Sal, Extracto de Té Jugo de Uva 100 % Puro
Los siguientes vuelos a Japón <p>[Hacia NARITA] NH135 (YVR) / 882 (PER)</p> <p>[Hacia HANEDA] NH115 (YVR) / 890 (SYD)</p>		
Los siguientes vuelos desde Japón <p>[Desde NARITA] NH010 (JFK) / 012 (ORD) / 002 (IAD) / 174 (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>		Galleta de Azúcar de Maple Sorgo Blanco, Manteca (Palma), Azúcar de Arce, Azúcar de Remolacha, Almidón (Tapioca), Camote, Oligosacárido de Isomalt, Polvo para Hornear, Sal, Extracto de Té
Los siguientes vuelos a Japón <p>[Hacia NARITA] NH179(MEX) / 804,802(SIN) / 808,806(BKK) / 836(CGK) / 816(KUL) / 830(BOM)</p> <p>[Hacia HANEDA] NH880(SYD) / 844,842(SIN) / 850,848,878(BKK) / 872,856(CGK) / 886(KUL) / 838(DEL)</p>	Galleta casera (Galleta de chocolate)	Almidón de palma sago, azúcar de remolacha, aceite de canola, masa de cacao, calabaza en polvo, cacao Sal, polvo para hornear
Los siguientes vuelos a Japón <p>[Hacia NARITA] NH009(JFK) / 011,121(ORD) / 001(IAD) / 173,123(IAH)</p> <p>[Hacia HANEDA] NH101(IAD) / 109,159(JFK) / 111(ORD) / 113(IAH)</p>		