



# OCAÑA FEBRERO 2019

**BASAL**

SIN PROTEÍNA DE VACA

04-feb	05-feb	06-feb	07-feb	08-feb
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>
Crema de calabacín (calabacín, patata, cebolla)	Lentejas estofadas con verduras (lentejas, zanahoria, pimiento, cebolla, ajo)	Patatas con rape (patatas, rape, pimiento)	Arroz blanco con tomate y huevo (arroz, tomate, huevo)	Garbanzos con espinacas (espinacas, garbanzos, patata)
		<b>pescado</b>	<b>huevo</b>	
Merluza a la romana con ensalada (pescado, harina, huevo, lechuga, tomate, cebolla, aceite de oliva)	Lomo en salsa con ensalada (lomo, harina, lechuga, cebolla, tomate)	Chuletas de aguja de cerdo con ensalada (chuleta de aguja, lechuga, tomate, cebolla, aceite de oliva)	Salchichas Frankfurt con ensalada (salchichas, aceite de oliva, lechuga, tomate, cebolla)	Salmón al horno con ensalada (salmón, aceite de oliva, lechuga, tomate, cebolla)
<b>pescado, huevo, gluten</b>	<b>soja, gluten</b>	<b>puede tener soja</b>	<b>soja</b>	<b>pescado</b>
Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada
Pan	Pan	Pan	Pan	Pan
<b>gluten</b>	<b>gluten</b>	<b>gluten</b>	<b>gluten</b>	<b>gluten</b>
Agua	Agua	Agua	Agua	Agua

MENÚ REVISADO POR:

**SILVIA GUTIÉRREZ COSÍO**

**Nºcol. CYL00151**

\*revisar todo el etiquetado de embutidos y productos que vienen envasados

EN CASO DE AÑADIR ALGUNO DE ESTOS INGREDIENTES A LOS PLATOS O LOS OBSERVEMOS EN EL ETIQUETADO DE LOS PRODUCTOS USADOS EN LA ELABORACIÓN DE LA COMIDA, DEBEMOS ANOTARLO EN EL MENÚ E INFORMAR A LAS PERSONAS OPORTUNAS						
Frutos de cáscara	Gluten (trigo, cebada, centeno, avena)	Moluscos	Soja	Huevo	Sésamo	Crustáceos
Dióxido de azufre y sulfitos	Leche y derivados	Pescado	Apio	Mostaza	Cacahuetes	Altramuces



# OCAÑA FEBRERO 2019

**BASAL**

SIN PROTEÍNA DE VACA

11-feb	12-feb	13-feb	14-feb	15-feb
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>
Arroz blanco con tomate y huevo (arroz, tomate, huevo)	Sopa de cocido	Judías verdes al ajoarriero (judías verdes, patata, ajo, pimentón, aceite de oliva)	Macarrones boloñesa (macarrones, carne picada de cerdo, aceite de oliva, tomate)	Lentejas con verduras (lentejas, cebolla, puerro, zanahoria, calabacín, ajo)
<b>huevo</b>	<b>huevo, gluten, puede tener soja</b>		<b>huevo, gluten, puede tener soja</b>	
Salchichas Frankfurt con ensalada (salchichas, aceite de oliva, lechuga, tomate, cebolla)	Garbanzos, repollo, magro de cerdo	Filete de merluza a la romana con ensalada (harina, huevo, merluza, lechuga, tomate, cebolla)	Filete ruso enharinado con ensalada (carne picada de cerdo, harina, lechuga, tomate, cebolla, aceite de oliva)	Bacalao con pisto (bacalao, tomate, pimiento, cebolla, lechuga, tomate, aceite de oliva)
<b>soja</b>	<b>puede tener soja</b>	<b>huevo, gluten, pescado</b>	<b>gluten, puede tener soja</b>	<b>pescado</b>
Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada
Pan	Pan	Pan	Pan	Pan
<b>gluten</b>	<b>gluten</b>	<b>gluten</b>	<b>gluten</b>	<b>gluten</b>
Agua	Agua	Agua	Agua	Agua

MENÚ REVISADO POR:

**SILVIA GUTIÉRREZ COSÍO****Nºcol. CYL00151**

\*revisar todo el etiquetado de embutidos y productos que vienen envasados

EN CASO DE AÑADIR ALGUNO DE ESTOS INGREDIENTES A LOS PLATOS O LOS OBSERVEMOS EN EL ETIQUETADO DE LOS PRODUCTOS USADOS EN LA ELABORACIÓN DE LA COMIDA, DEBEMOS ANOTARLO EN EL MENÚ E INFORMAR A LAS PERSONAS OPORTUNAS						
Frutos de cáscara	Gluten (trigo, cebada, centeno, avena)	Moluscos	Soja	Huevo	Sésamo	Crustáceos
Dióxido de azufre y sulfitos	Leche y derivados	Pescado	Apio	Mostaza	Cacahuetes	Altramuces



# OCAÑA FEBRERO 2019

**BASAL**

SIN PROTEÍNA DE VACA

18-feb	19-feb	20-feb	21-feb	22-feb
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>
Patatas con bacalao (patatas, bacalao, pimiento, aceite de oliva)	Garbanzos con espinacas (espinacas, garbanzos, patata)	Arroz caldoso con pollo (arroz, aceite de oliva, pollo, cebolla)	Crema de verdura (patata, puerro, judías verdes, zanahoria, tomate, pimiento)	Alubias pintas con verduras (alubias pintas, aceite de oliva, pimiento, patata, zanahoria)
<b>pescado</b>				
Pechuga de pollo con ensalada (pechuga de pollo, lechuga, tomate, cebolla, aceite de oliva)	Truchas al horno con ensalada (truchas, bacon, lechuga, tomate, cebolla, aceite de oliva)	Tortilla de patata con ensalada (huevo, patata, lechuga, tomate, cebolla)	Bacalao en salsa de tomate (bacalao, tomate, pimiento, cebolla, puerro, aceite de oliva)	Roti de pavo en salsa con ensalada (roti de pavo, zanahoria, puerro, lechuga, tomate, cebolla, aceite de oliva)
	<b>pescado, soja</b>	<b>huevo</b>	<b>pescado</b>	
Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada
Pan	Pan	Pan	Pan	Pan
gluten	gluten	gluten	gluten	gluten
<b>Agua</b>	<b>Agua</b>	<b>Agua</b>	<b>Agua</b>	<b>Agua</b>

MENÚ REVISADO POR:

**SILVIA GUTIÉRREZ COSÍO**

**Nºcol. CYL00151**

**\*revisar todo el etiquetado de embutidos y productos que vienen envasados**

EN CASO DE AÑADIR ALGUNO DE ESTOS INGREDIENTES A LOS PLATOS O LOS OBSERVEMOS EN EL ETIQUETADO DE LOS PRODUCTOS USADOS EN LA ELABORACIÓN DE LA COMIDA, DEBEMOS ANOTARLO EN EL MENÚ E INFORMAR A LAS PERSONAS OPORTUNAS						
Frutos de cáscara	Gluten (trigo, cebada, centeno, avena)	Moluscos	Soja	Huevo	Sésamo	Crustáceos
Dióxido de azufre y sulfitos	Leche y derivados	Pescado	Apio	Mostaza	Cacahuets	Altramuces



# OCAÑA FEBRERO 2019

**BASAL**

SIN PROTEÍNA DE VACA

25-feb	26-feb	27-feb	28-feb	01-mar
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>
Macarrones con atún (macarrones, atún, tomate, aceite de oliva)	Sopa de cocido	Menestra de verduras (guisantes, zanahoria, coliflor, judías verdes, calabacín)	Lentejas estofadas al estilo tradicional (lentejas, chorizo, patata, aceite de oliva, pimiento)	Judías verdes con jamón (judías verdes, jamón, aceite de oliva)
<b>huevo, gluten, pescado</b>	<b>huevo,gluten, puede tener soja</b>		<b>soja</b>	<b>soja</b>
Tilapia a la romana con ensalada (tilapia, harina, huevo, lechuga, tomate, ceolla, aceite de olvia)	Garbanzos, repollo, magro de cerdo	Pollo al horno con patatas panaderas (patatas, pollo, aceite de oliva, cebolla)	Filete de lomo a la plancha con ensalada (filetes de lomo, lechuga, tomate, cebolla, aceite de oliva)	Caella al horno con ensalada (caella, aceite de oliva, lechuga, tomate, cebolla)
<b>pescado, huevo, gluten</b>	<b>puede tener soja</b>		<b>soja</b>	<b>pescado</b>
Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada
Pan	Pan	Pan	Pan	Pan
gluten	gluten	gluten	gluten	<b>gluten</b>
<b>Agua</b>	<b>Agua</b>	<b>Agua</b>	<b>Agua</b>	Agua

MENÚ REVISADO POR:

**SILVIA GUTIÉRREZ COSÍO**

**Nºcol. CYL00151**

\*revisar todo el etiquetado de embutidos y productos que vienen envasados

EN CASO DE AÑADIR ALGUNO DE ESTOS INGREDIENTES A LOS PLATOS O LOS OBSERVEMOS EN EL ETIQUETADO DE LOS PRODUCTOS USADOS EN LA ELABORACIÓN DE LA COMIDA, DEBEMOS ANOTARLO EN EL MENÚ E INFORMAR A LAS PERSONAS OPORTUNAS						
Frutos de cáscara	Gluten (trigo, cebada, centeno, avena)	Moluscos	Soja	Huevo	Sésamo	Crustáceos
Dióxido de azufre y sulfitos	Leche y derivados	Pescado	Apio	Mostaza	Cacahuetes	Altramuces