



# OCAÑA SEPTIEMBRE 2019

**SIN GAMBAS, SIN FRUTOS SECOS**

09-sep	10-sep	11-sep	12-sep	13-sep
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, queso)	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>leche y derivados</b>		<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 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 SEPTIEMBRE 2019

**SIN GAMBAS, SIN FRUTOS SECOS**

16-sep	17-sep	18-sep	19-sep	20-sep
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>
Crema de verdura (patata, puerro, judías verdes, zanahoria, tomate, pimiento)	Sopa de cocido	Judías verdes al ajoarriero (judías verdes, patata, ajo, pimentón, aceite de oliva)	Macarrones con atún (macarrones, atún, aceite de oliva, tomate)	Alubias con verduras (alubias, cebolla, puerro, zanahoria, calabacín, ajo)
	<b>huevo, gluten, puede tener soja</b>		<b>huevo, gluten, pescado</b>	
Jamoncitos de pollo guisados con ensalada (jamoncitos de pollo, pimiento, cebolla, lechuga, tomate, aceite de oliva)	Cocido completo	Filete de merluza a la romana con ensalada (harina, huevo, merluza, lechuga, tomate, cebolla)	Albóndigas en salsa con ensalada (albóndigas, harina, lechuga, tomate, cebolla, aceite de oliva)	Bacalao con pisto (bacalao, tomate, pimiento, cebolla, lechuga, tomate, aceite de oliva)
	<b>puede tener huevo, gluten, soja, leche y derivados</b>	<b>huevo, gluten, pescado</b>	<b>puede tener huevo, gluten, soja, leche y derivados</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	Altramucos



# OCAÑA SEPTIEMBRE 2019

**SIN GAMBAS, SIN FRUTOS SECOS**

23-sep	24-sep	25-sep	26-sep	27-sep
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>
Ensaladilla rusa (patata, mahonesa, atún, huevo, pimiento, guisantes, zanahoria)	Garbanzos a la riojana (chorizo, garbanzos, patata)	Arroz caldoso con pollo (arroz, aceite de oliva, pollo, cebolla)	Crema de verdura (patata, puerro, judías verdes, zanahoria, tomate, pimiento)	Lentejas con verduras (lentejas, aceite de oliva, pimiento, patata, zanahoria)
<b>huevo, soja, pescado</b>	<b>soja</b>			
Pechuga de pollo empanada con ensalada (pechuga de pollo, huevo, pan rallado, lechuga, tomate, cebolla, aceite de oliva)	Bacalao en salsa de tomate (bacalao, tomate, pimiento, cebolla, puerro, aceite de oliva)	Tortilla de patata con ensalada (huevo, patata, lechuga, tomate, cebolla)	Alitas de pollo con ensalada (alitas de pollo, lechuga, tomate, cebolla, aceite de oliva)	Tilapia a la romana con ensalada (tilapia, harina, huevo, lechuga, tomate, ceolla, aceite de olvia)
<b>huevo, gluten</b>	<b>pescado</b>	<b>huevo</b>		<b>pescado, huevo, gluten</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 SEPTIEMBRE 2019

**SIN GAMBAS, SIN FRUTOS SECOS**

30-sep	01-oct	02-oct	03-oct	04-oct
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, puerro, cebolla, aceite de oliva)	Sopa de cocido	Menestra de verduras (guisantes, zanahoria, coliflor, judías verdes, calabacín)	Alubias con bacalao (alubias blancas, aceite de oliva, bacalao)	Judías verdes con jamón (judías verdes, jamón, aceite de oliva)
	<b>huevo, gluten, puede tener soja</b>		<b>pescado</b>	<b>soja</b>
Merluza al horno con ensalada (merluza, ajo, perejil, aceite de oliva, lechuga, tomate, cebolla)	Cocido completo	Chuletas de pavo con patatas fritas (patatas, chuletas de pavo, aceite de oliva)	Tortilla francesa con york y queso y con ensalada (huevo, lechuga, tomate, cebolla, queso, jamón york, aceite de oliva)	Caella al horno con ensalada (caella, aceite de oliva, lechuga, tomate, cebolla)
<b>pescado</b>	<b>puede tener huevo, gluten, soja, leche y derivados</b>		<b>huevo, soja, leche y derivados</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