



# OCAÑA FEBRERO 2020

SIN PROTEÍNA DE LECHE  
Y SIN MARISCO

03-feb	04-feb	05-feb	06-feb	07-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)	Coditos con atún (coditos, atún, tomate, aceite de oliva)	Lentejas estofadas con chorizo (lentejas, chorizo, cebolla, ajo)	Arroz blanco con tomate y huevo (arroz, tomate, huevo)	Alubias pintas con chorizo (alubias pintas, aceite de oliva, chorizo, patata)
	<b>huevo, gluten, pescado</b>	<b>soja</b>	<b>huevo</b>	<b>soja</b>
Lomo empanado con patatas fritas (lomo, pan rallado, huevo, patatas, aceite de oliva)	Pollo asado con ensalada (pollo, lechuga, tomate, cebolla, aceite de oliva)	Bacalao al horno con pimientos (bacalao, harina, pimientos, aceite de oliva)	Salchichas Frankfurt con ensalada (salchichas, aceite de oliva, lechuga, tomate, cebolla)	Salmón a la naranja con ensalada (salmón, aceite de oliva, naranja, cebolla, lechuga, tomate)
<b>soja, huevo, gluten</b>		<b>pescado, gluten</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 2020

**SIN PROTEÍNA DE LECHE  
Y SIN MARISCO**

10-feb	11-feb	12-feb	13-feb	14-feb
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>
Arroz con pollo (arroz, pollo, cebolla, aceite de oliva, pimiento)	Sopa de cocido	Judías verdes con zanahoria al ajoarriero (judías verdes, aceite de oliva, pimentón, ajo, zanahoria)	Espaguetis con tomate y carne picada (espaguetis, tomate, carne picada, aceite de oliva)	Lentejas con verduras (lentejas, cebolla, puerro, zanahoria, calabacín, ajo)
	<b>huevo, gluten, puede tener soja</b>		<b>huevo, gluten, puede tener soja</b>	
Lomos de halibut a la romana con ensalada (harina, huevo, halibut, lechuga, tomate, cebolla, aceite de oliva)	Garbanzos, repollo, morcillo	Chuletas de aguja con patatas fritas (chuleta de aguja, patatas, aceite de oliva)	Tilapia al horno con cebolla y pimientos (pescado, cebolla, pimientos, aceite de oliva)	Tortilla francesa con york y ensalada (huevo, york, aceite de oliva, lechuga, tomate, cebolla)
<b>huevo, gluten, pescado</b>	<b>puede tener soja</b>	<b>puede tener soja</b>	<b>pescado</b>	<b>soja, huevo</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 2020

SIN PROTEÍNA DE LECHE  
Y SIN MARISCO

17-feb	18-feb	19-feb	20-feb	21-feb
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Comida	Comida	Comida	Comida	Comida
Crema de verdura (patata, puerro, judías verdes, zanahoria, tomate, pimiento)	Sopa de arroz (arroz, aceite de oliva, pollo, cebolla, puerro)	Garbanzos castellanos (garbanzos, chorizo, patata, aceite de oliva)	Macarrones con carne picada y tomate (macarrones, tomate, carne picada)	Alubias blancas con verduras (alubias blancas, patata, pimiento, zanahoria, aceite de oliva)
		soja	huevo, gluten, puede tener soja	
Chuleta de aguja con patatas fritas (chuleta de aguja, patata, aceite de oliva)	Bacalao con pisto (bacalao, aceite de oliva, pisto de calabacín, tomate, cebolla, pimiento rojo, pimiento verde, puerro)	Tortilla de patata con ensalada (huevo, patata, lechuga, tomate, cebolla)	Cazón con ensalada (cazón, lechuga, tomate, cebolla, aceite de oliva)	Chuletas de pavo con ensalada (chuletas de pavo, lechuga, tomate, cebolla, aceite de oliva)
puede tener soja	pescado	huevo	pescado	
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
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	Cacahuets	Altramuces



# OCAÑA FEBRERO 2020

SIN PROTEÍNA DE LECHE  
Y SIN MARISCO

24-feb	25-feb	26-feb	27-feb	28-feb
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Comida	Comida	Comida	Comida	Comida
Macarrones con chorizo (macarrones, tomate, chorizo, aceite de oliva)	Sopa de cocido	Menestra de verduras (guisantes, zanahoria, coliflor, judías verdes, calabacín)	Paella de carne (arroz, pollo, magro, aceite de oliva)	Lentejas estofadas con verduras (lentejas, zanahoria, puerro, patata, ajo)
<b>huevo, gluten, soja</b>	<b>huevo, gluten, puede tener soja</b>		<b>puede tener soja</b>	
Tilapia a la romana con ensalada (tilapia, harina, huevo, lechuga, tomate, cebolla, aceite de oliva)	Garbanzos, repollo, morcillo	Halibut en salsa verde con ensalada (halibut, harina, lechuga, cebolla, tomate, aceite de oliva)	Alitas de pollo al ajillo con patatas fritas (alitas de pollo, ajo, aceite de oliva, patatas)	Huevos fritos y patatas fritas (huevo, patatas, aceite de oliva)
<b>pescado, huevo, gluten</b>	<b>puede tener soja</b>	<b>gluten, pescado</b>		<b>huevo</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