



OCAÑA NOVIEMBRE 2020

**SIN GAMBAS NI
FRUTOS SECOS**

02-nov	03-nov	04-nov	05-nov	06-nov
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Comida	Comida	Comida	Comida	Comida
Guisantes con jamón (guisantes, jamón, tomate, cebolla, ajo, aceite de oliva)	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)
soja	huevo, gluten, pescado	soja		soja
Magro con patatas (magro, 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)
soja		pescado, gluten	soja	pescado
Fruta de temporada	Yogur leche y derivados	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 NOVIEMBRE 2020

**SIN GAMBAS NI
FRUTOS SECOS**

09-nov	10-nov	11-nov	12-nov	13-nov
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Comida	Comida	Comida	Comida	Comida
Patatas con carne (patatas, pimiento, carne de cerdo)	Sopa de cocido	Judías verdes con zanahoria al ajoarriero (judías verdes, aceite de oliva, pimentón, ajo, zanahoria)	Espaguetis carbonara (espaguetis, nata, bacon, aceite de oliva)	Lentejas con verduras (lentejas, cebolla, puerro, zanahoria, calabacín, ajo)
soja	huevo, gluten, puede tener soja		huevo, gluten, soja, leche y derivados	
Filete de merluza a la romana con ensalada (harina, huevo, merluza, lechuga, tomate, cebolla, aceite de oliva)	Cocido completo	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)
huevo, gluten, pescado	puede tener huevo, gluten, soja, leche y derivados	puede tener soja	pescado	soja, huevo
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 ANADIR ALGUNO DE ESTOS INGREDIENTES A LOS PLATOS O LOS OBSERVEMOS EN EL ETIQUETADO DE LOS PRODUCTOS USADOS EN LA ELABORACION 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 NOVIEMBRE 2020

**SIN GAMBAS NI
FRUTOS SECOS**

16-nov	17-nov	18-nov	19-nov	20-nov
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Comida	Comida	Comida	Comida	Comida
Crema de verdura (patata, puerro, judías verdes, zanahoria, tomate, pimiento)	Arroz caldoso con pollo (arroz, aceite de oliva, pollo, cebolla)	Garbanzos castellanos (garbanzos, chorizo, patata, aceite de oliva)	Lasaña de carne	Alubias blancas con verduras (alubias blancas, patata, pimiento, zanahoria, aceite de oliva)
		soja	huevo, gluten, soja, leche y derivados	
Sanjacobos con patatas fritas (sanjacobo, 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 al horno con ensalada (cazón, lechuga, tomate, cebolla, aceite de oliva)	Chuletas de pavo con ensalada (chuletas de pavo, lechuga, tomate, cebolla, aceite de oliva)
gluten, leche y derivados, puede tener soja, sulfitos	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	Cacahuetes	Altramuces



OCAÑA NOVIEMBRE 2020

**SIN GAMBAS NI
FRUTOS SECOS**

23-nov	24-nov	25-nov	26-nov	27-nov
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)
huevo, gluten, soja	huevo, gluten, puede tener soja		puede tener soja	
Tilapia a la romana con ensalada (tilapia, harina, huevo, lechuga, tomate, cebolla, aceite de oliva)	Cocido completo	Alitas de pollo al ajillo con patatas fritas (alitas de pollo, ajo, aceite de oliva, patatas)	Filete de merluza en salsa verde con ensalada (merluza, harina, lechuga, cebolla, tomate, aceite de oliva)	Huevos fritos y patatas fritas (huevo, patatas, aceite de oliva)
pescado, huevo, gluten	puede tener huevo, gluten, soja, leche y derivados		gluten, pescado	huevo
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 NOVIEMBRE 2020

**SIN GAMBAS NI
FRUTOS SECOS**

30-nov	01-dic	02-dic	03-dic	04-dic
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Comida	Comida	Comida	Comida	Comida
Patatas con carne (magro, patata, cebolla, pimiento, aceite de oliva)	Arroz blanco con tomate y huevo (arroz, tomate, huevo)	Garbanzos con espinacas (garbanzos, espinacas, aceite de oliva, ajo)	Sopa de pescado con fideos (pescado blanco, fideos, aceite de oliva, menestra de verduras)	Alubias blancas con chorizo (alubias blancas, patata, chorizo, pimiento, zanahoria, aceite de oliva)
soja			pescado, huevo, gluten	soja
Lomos de halibut en salsa verde con ensalada de maíz y tomate (halibut, maíz, tomate, aceite de oliva, harina)	Salchichas Frankfurt con ensalada (salchichas, aceite de oliva, lechuga, tomate, cebolla)	Merluza a la romana con ensalada (merluza, huevo, harina, lechuga, tomate, cebolla, aceite de oliva)	Pollo al horno con pimientos y patatas fritas (pollo, aceite de oliva, patatas)	Tortilla de patata con ensalada (huevo, patata, lechuga, cebolla, tomate, zanahoria, aceite de oliva)
pescado, gluten	soja	pescado, huevo, gluten		huevo
Fruta de temporada	Yogur leche y derivados	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	Cacahuetes	Altramuces