



# OCAÑA DICIEMBRE 2020

**SIN GLUTEN**

07-dic	08-dic	09-dic	10-dic	11-dic
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Comida	Comida	Comida	Comida	Comida
Crema de calabacín (calabacín, patata, cebolla, queso)		Patatas con bacalao (patatas, bacalao, pimiento, cebolla)	Arroz blanco con tomate y huevo (arroz, tomate, huevo)	Lentejas estofadas con chorizo (lentejas, patata, chorizo, ajo, pimentón, aceite de oliva)
<b>leche y derivados</b>		<b>pescado</b>	<b>huevo</b>	<b>soja</b>
Merluza a la romana con ensalada (pescado, harina SIN GLUTEN, huevo, lechuga, tomate, cebolla, aceite de oliva)		Magro al ajillo con ensalada (magro, ajo, cebolla, lechuga, tomate, aceite de oliva)	Salchichas Frankfurt con ensalada (salchichas, aceite de oliva, lechuga, tomate, cebolla)	Salmón al horno con ensalada (salmón, lechuga, tomate, cebolla)
<b>pescado, huevo</b>		<b>soja</b>	<b>soja</b>	<b>pescado</b>
Fruta de temporada		Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada
Pan sin gluten		Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten
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 DICIEMBRE 2020

**SIN GLUTEN**

14-dic	15-dic	16-dic	17-dic	18-dic
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Comida	Comida	Comida	Comida	Comida
Macarrones con atún (macarrones SIN GLUTEN, atún, aceite de oliva, tomate)	Sopa de cocido (fideos SIN GLUTEN)	Puré de verduras (patata, puerro, zanahoria, calabaza, aceite de oliva)	Alubias con verduras (alubias, cebolla, puerro, zanahoria, calabacín, ajo)	Paella de carne (arroz, pollo, magro, pimiento, cebolla, zanahoria, aceite de oliva)
<b>huevo, pescado</b>	<b>huevo, puede tener soja</b>			<b>puede tener soja</b>
Filete ruso enharinado en salsa con ensalada (carne picada, harina SIN GLUTEN, leche, huevo, lechuga, tomate, cebolla, aceite de oliva)	Garbanzos, repollo, morcillo	Filete de merluza a la romana con ensalada (harina SIN GLUTEN, huevo, merluza, lechuga, tomate, cebolla)	Tortilla de patata con ensalada (huevo, patata, aceite de oliva, lechuga, tomate, cebolla)	Bacalao con pisto (bacalao, tomate, pimiento, cebolla, lechuga, tomate, aceite de oliva)
<b>huevo, leche y derivados, puede tener soja</b>	<b>puede tener soja</b>	<b>huevo, pescado</b>	<b>huevo</b>	<b>pescado</b>
Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada
Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin 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 DICIEMBRE 2020

**SIN GLUTEN**

21-dic Lunes Comida	22-dic Martes Comida	23-dic Miércoles Comida	24-dic Jueves Comida	25-dic Viernes Comida
Sopa de picadillo (fideos SIN GLUTEN, verduras, huevo, pavo)	<b>Menú Celebración de la Navidad</b>			
<b>huevo</b>				
Pechuga de pollo plancha con patatas fritas (pechuga de pollo, patatas, aceite de oliva)				
Fruta de temporada				
Pan sin gluten				
<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	Cacahuetes	Altramuces