



OCAÑA SEPTIEMBRE 2024

SIN LÁCTEOS

09-sep	10-sep	11-sep	12-sep	13-sep
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Comida	Comida	Comida	Comida	Comida
		Lentejas estofadas con chorizo (lentejas, cebolla, aceite de oliva, zanahoria, chorizo)	Macarrones con atún (macarrones, atún, tomate)	Repollo con patata y zanahoria (repollo, patata, zanahoria)
		soja	huevo, gluten, pescado	
		Tortilla de patata con ensalada (lechuga, tomate, zanahoria, aceite de oliva, huevo, patata)	Ternera a la jardinera con guisantes y zanahoria (guisantes zanahoria, ternera, aceite de oliva)	Bacalao a la navarra con patata cocida (bacalao, ajo, cebolla, jamón, aceite de oliva, patata)
		huevo		pescado, soja
		Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogur de soja y Fruta de temporada
				soja
		Pan integral	Pan	Pan
		gluten	gluten	gluten
		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,	Moluscos	Soja	Huevo	Sésamo	Crustáceos
Dióxido de azufre y sulfitos	Leche y derivados	Pescado	Apio	Mostaza	Cacahuetes	Altramuces



OCAÑA SEPTIEMBRE 2024

SIN LÁCTEOS

16-sep	17-sep	18-sep	19-sep	20-sep
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Comida	Comida	Comida	Comida	Comida
Ensalada de pasta (pasta, queso, fiambre de pavo, tomate natural, aceite de oliva)	Patatas con carne (patatas, pimiento, cebolla, carne de cerdo, aceite de oliva)	Alubias con verduras (zanahoria, cebolla, alubias, aceite de oliva, ajo, pimentón)	Arroz con pollo (pollo, arroz, cebolla, zanahoria, aceite de oliva)	Garbanzos con espinacas (garbanzos, espinacas, aceite de oliva)
huevo, gluten, soja	puede tener soja			
Pollo al ajillo con ensalada de tomate y maíz (pollo, aceite de oliva, tomate, maíz)	Taquitos de caella adobados con ensalada (caella, lechuga, tomate, maíz, limón opcional, pimentón, ajo, orégano, perejil, harina)	Huevos rellenos de atún con salsa de tomate y patatas fritas (huevo, salsa de tomate, atún, patatas)	Merluza a la romana con mahonesa y ensalada de lechuga y tomate (lechuga, tomate, mahonesa, merluza, huevo, harina, aceite de oliva)	Cinta de lomo adobada con ensalada de tomate, zanahoria, maíz y lechuga (lomo, tomate, zanahoria, maíz, lechuga, aceite de oliva)
	pescado, gluten	huevo, pescado	pescado, huevo, gluten, soja	soja
Fruta de temporada	Yogur de soja y Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogur de soja y Fruta de temporada
	soja			soja
Pan integral	Pan	Pan integral	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 SEPTIEMBRE 2024

SIN LÁCTEOS

23-sep	24-sep	25-sep	26-sep	27-sep
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Comida	Comida	Comida	Comida	Comida
Puré de verduras (puerro, patata, zanahoria, cebolla y aceite de oliva)	Lentejas estofadas con patata y zanahoria (patata, zanahoria, lentejas, aceite de oliva)	Brócoli y coliflor vinagreta (brócoli, coliflor, aceite de oliva, vinagre)	Patatas con costilla y arroz (patata, pimiento, cebolla, costilla, arroz, aceite de oliva)	Sopa de fideos (consomé de cocido, fideos)
			puede tener soja	huevo, gluten, puede tener soja
Varitas de pescado con patatas fritas (varitas de pescado, patatas, aceite de oliva)	Pollo asado con pimientos asados (pollo, pimiento, aceite de oliva)	Salmón al horno con cama de cebolla y patata (cebolla, patata, salmón, aceite de oliva)	Tortilla francesa rellena de york con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (huevo, jamón york, lechuga, tomate, zanahoria, aceite de oliva)	Cocido completo con ensalada de lechuga, tomate y maíz (garbanzos, repollo, morcillo, lechuga, tomate, maíz, aceite de oliva)
gluten, pescado		pescado	huevo, soja	puede tener soja
Fruta de temporada	Yogur de soja y Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogur de soja y Fruta de temporada
	soja			soja
Pan integral	Pan	Pan integral	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 SEPTIEMBRE 2024

SIN LÁCTEOS

30-sep	01-oct	02-oct	03-oct	04-oct
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Comida	Comida	Comida	Comida	Comida
Guisantes con jamón, tomate y cebollita (guisantes, jamón, cebolla, tomate, aceite de oliva)	Macarrones con atún (macarrones integrales, tomate, aceite de oliva, atún)	Alubias pintas con verduras y arroz (alubias, aceite de oliva, arroz, ajo, pimentón, zanahoria, cebolla, pimiento)	Crema de calabacín (puerro, patata, aceite de oliva, zanahoria)	Repollo con patata y zanahoria al ajoarriero (repollo, patata, zanahoria, ajo, aceite de oliva)
soja	huevo, gluten, pescado			
Merluza en salsa verde con espárgagos (merluza, perejil, ajo, aceite de oliva, espárgagos)	Pollo asado con pimientos y cebolla (pollo, pimiento, cebolla, aceite de oliva)	Tortilla de patata con ensalada de lechuga y zanahoria (huevo, patata, lechuga, zanahoria, aceite de oliva)	Filetes de lomo con patatas fritas (lomo, aceite de oliva, patatas)	Gallineta a la romana con ensalada de tomate y pepino (tomate, pepino, aceite de oliva, huevo, gallineta, harina)
pescado		huevo	soja	huevo, gluten, pescado
Fruta de temporada	Yogur de soja y Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogur de soja y Fruta de temporada
	soja			soja
Pan integral	Pan	Pan integral	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,	Moluscos	Soja	Huevo	Sésamo	Crustáceos
Dióxido de azufre y sulfitos	Leche y derivados	Pescado	Apio	Mostaza	Cacahuetes	Altramuces

