



# OCAÑA MAYO 2026

**BASAL**

04-may Lunes	05-may Martes	06-may Miércoles	07-may Jueves	08-may Viernes
Comida	Comida	Comida	Comida	Comida
Lentejas estofadas con verduras y huevo (lentejas, zanahoria, patata, puerro, huevo, aceite de oliva)	Ensalada de pasta (espirales, jamón york, tomate, aceite de oliva, queso, vinagre)	Crema de calabacín (calabacín, puerro, cebolla, aceite de oliva)	Garbanzos con espinacas (garbanzos, espinacas, aceite de oliva, patata)	Arroz con pollo (pollo, arroz, cebolla, zanahoria, aceite de oliva)
<b>soja</b>	<b>huevo, gluten, soja, leche y derivados</b>			
Tilapia en salsa verde con espárragos (tilapia, espárragos, aceite de oliva, ajo, perejil, harina)	Alitas de pollo con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (alitas de pollo, lechuga, zanahoria, maíz, aceite de oliva)	Tortilla de patata con ensalada de tomate, lechuga y zanahoria (patatas, huevo, tomate, lechuga, zanahoria, aceite de oliva)	Ternera en salsa de champiñones y ensalada de lechuga y tomate (ternera, champiñones, lechuga, tomate, aceite de oliva)	Gallo San Pedro al horno con cama de cebolla y pimientos (cebolla, pimientos, aceite de oliva, gallo San Pedro)
<b>pescado, gluten</b>		<b>huevo</b>	<b>puede tener soja</b>	<b>pescado</b>
Fruta de temporada	Yogur y Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogur y Fruta de temporada
	<b>Leche y derivados</b>			<b>Leche y derivados</b>
Pan integral	Pan	Pan integral	Pan	Pan integral
<b>gluten</b>	<b>gluten</b>	<b>gluten</b>	<b>gluten</b>	<b>gluten</b>
<b>Agua</b>	<b>Agua</b>	<b>Agua</b>	<b>Agua</b>	<b>Agua</b>

MENÚ REVISADO POR:

**HELENA RODRÍGUEZ**

**Nºcol. CYL00360**

\*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)	Moluscos	Soja	Huevo	Sésamo	Crustáceos
Dióxido de azufre y sulfitos	Leche y derivados	Pescado	Apio	Mostaza	Cacahuets	Altramuces



# OCAÑA MAYO 2026

**BASAL**

11-may Lunes Comida	12-may Martes Comida	13-may Miércoles Comida	14-may Jueves Comida	15-may Viernes Comida
Judías verdes con y zanahoria (judías verdes,	Alubias pintas con chorizo (alubias pintas, chorizo, aceite de oliva, cebolla, ajo, pimentón)	Arroz a la cubana con huevo frito y tomate (arroz, aceite de oliva, huevo, salsa de tomate)	Macarrones boloñesa (macarrones integrales, carne picada, aceite de oliva, salsa de tomate)	Sopa de fideos (consomé de cocido, fideos)
	<b>soja</b>	<b>huevo</b>	<b>huevo, gluten, puede tener soja</b>	<b>huevo, gluten, puede tener soja</b>
Filetes de lomo encebollados con patatas fritas (cebolla, filetes de lomo, patatas, aceite de oliva)	Salmón al horno con cama de cebolla (salmón, cebolla, aceite de oliva)	Salchichas con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (salchichas, zanahoria, lechuga, maíz, aceite de oliva)	Gallineta a la romana con espárragos (gallineta, espárragos, aceite de oliva, ajo, perejil, harina, huevo)	Cocido completo con ensalada de lechuga, tomate y maíz (garbanzos, repollo, morcillo, chorizo, panceta, lechuga, tomate, maíz, aceite de oliva, relleno)
<b>soja</b>	<b>pescado</b>	<b>puede tener soja</b>	<b>pescado, gluten</b>	<b>huevo, gluten, puede tener soja, leche y derivados</b>
Fruta de temporada	Yogur y Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogur y Fruta de temporada
	<b>Leche y derivados</b>			<b>Leche y derivados</b>
Pan integral	Pan	Pan integral	Pan	Pan
<b>gluten</b>	<b>gluten</b>	<b>gluten</b>	<b>gluten</b>	<b>gluten</b>
<b>Agua</b>	<b>Agua</b>	<b>Agua</b>	<b>Agua</b>	<b>Agua</b>

MENÚ REVISADO POR:

**HELENA RODRÍGUEZ**

**Nºcol. CYL00360**

**\*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 MENU 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 MAYO 2026

## BASAL

18-may	19-may	20-may	21-may	22-may
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>
Lentejas estofadas con huevo, patata y zanahoria (lentejas, patata, huevo, zanahoria, aceite de oliva)	Coliflor rehogada con zanahoria (coliflor, zanahoria, aceite de oliva)	Paella de carne y verduras (pollo, magro, guisantes, zanahoria, cebolla, pimiento, arroz, aceite de oliva)	Guisantes con jamón, ajito y cebollita (aceite de oliva, ajo, cebolla, guisantes, jamón)	Ensaladilla rusa (huevo, atún, mahonesa, patata, zanahoria, guisantes, pimiento)
<b>huevo</b>		<b>puede tener soja</b>	<b>soja</b>	<b>huevo, soja, pescado</b>
Cazón en adobo con ensalada de tomate, lechuga y zanahoria (cazón, huevo, harina, aceite de oliva, lechuga, zanahoria, tomate)	Magro guisado con patatas fritas (patatas, aceite de oliva, cebolla, carne de cerdo)	Tilapia al horno con cama de cebolla y pimientos (cebolla, pimientos, fogonero, aceite de oliva)	Filetes de lomo fritos con ensalada de tomate, lechuga y atún (filetes de lomo, aceite de oliva, lechuga, tomate, atún)	Jamoncitos de pollo guisados con pisto (jamoncitos de pollo, aceite de oliva, pimiento rojo, pimiento verde, cebolla)
<b>pescado, huevo, gluten</b>	<b>puede tener soja, sulfitos</b>	<b>pescado</b>	<b>pescado, soja</b>	
Fruta de temporada	Yogur y Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogur y Fruta de temporada
	<b>Leche y derivados</b>			<b>Leche y derivados</b>
Pan integral	Pan	Pan integral	Pan	Pan
<b>gluten</b>	<b>gluten</b>	<b>gluten</b>	<b>gluten</b>	<b>gluten</b>
<b>Agua</b>	<b>Agua</b>	<b>Agua</b>	<b>Agua</b>	<b>Agua</b>

MENÚ REVISADO POR:

**HELENA RODRÍGUEZ**

**Nºcol. CYL00360**

**\*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	Cacahuetes	Altramuces



# OCAÑA MAYO 2026

**BASAL**

25-may	26-may	27-may	28-may	29-may
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Comida	Comida	Comida	Comida	Comida
Ensalada de garbanzos (garbanzos, pimiento rojo, pimiento verde, tomate, maíz, atún, zanahoria)	Sopa de pescado (fideos, merluza, pimiento, cebolla, zanahoria)	Lentejas con arroz, patata y zanahoria (lentejas, arroz, patata, zanahoria y aceite de oliva)	Patatas a la riojana (patatas, chorizo, cebolla, aceite de oliva)	Macarrones con atún (macarrones integrales, atún, salsa de tomate, aceite de oliva)
<b>pescado</b>	<b>huevo, gluten, pescado</b>		<b>puede tener soja</b>	<b>huevo, pescado,</b>
Bienmesabe al horno con tomate asado (tomate, bienmesabe, ajo, perejil, aceite de oliva)	Albóndigas en salsa con patatas dado (patatas, albóndigas, ajo, perejil, aceite de oliva)	Huevos rellenos de atún con salsa de tomate y ensalada de lechuga y zanahoria (lechuga, zanahoria, huevos, atún, tomate)	Merluza a la romana con mahonesa y ensalada de tomate, lechuga y maíz (tomate, lechuga, maíz, caella, harina, huevo, mahonesa)	Cabezada de cerdo en salsa con ensalada de lechuga y tomate (cabezada de cerdo, lechuga, tomate, aceite de oliva)
<b>pescado</b>	<b>gluten, soja, sulfitos, puede tener leche y derivados</b>	<b>huevo, pescado</b>	<b>huevo, gluten, soja, pescado</b>	<b>puede tener soja</b>
Fruta de temporada	Yogur y Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogur y Fruta de temporada
	<b>Leche y derivados</b>			<b>Leche y derivados</b>
Pan integral	Pan	Pan integral	Pan	Pan
<b>gluten</b>	<b>gluten</b>	<b>gluten</b>	<b>gluten</b>	<b>gluten</b>
<b>Agua</b>	<b>Agua</b>	<b>Agua</b>	<b>Agua</b>	<b>Agua</b>

MENÚ REVISADO POR:

**HELENA RODRÍGUEZ**

**Nºcol. CYL00360**

**\*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