



OCAÑA MAYO 2026

SIN LÁCTEOS

| 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, 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) |
| soja | huevo, gluten, soja | | | |
| 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) |
| pescado, gluten | | huevo | puede tener soja | 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 integral |
| gluten | gluten | gluten | gluten | gluten |
| Agua | Agua | Agua | Agua | Agua |

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 |
| Dióxido de azufre y sulfitos | Leche y derivados | Pescado | Apio | Mostaza | Cacahuets |
| | | | | | Altramuces |



OCAÑA MAYO 2026

SIN LÁCTEOS

| 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) |
| | soja | huevo | huevo, gluten, puede tener soja | huevo, gluten, puede tener soja |
| 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) |
| soja | pescado | puede tener soja | pescado, gluten | huevo, gluten, 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:

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

SIN LÁCTEOS

| 18-may | 19-may | 20-may | 21-may | 22-may |
|--|--|--|---|---|
| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
| Comida | Comida | Comida | Comida | Comida |
| 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) |
| huevo | | puede tener soja | soja | huevo, soja, pescado |
| 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) |
| pescado, huevo, gluten | puede tener soja, sulfitos | pescado | pescado, 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:

HELENA RODRÍGUEZ

Nºcol. CYL00360

***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 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

SIN LÁCTEOS

| 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) |
| pescado | huevo, gluten, pescado | | puede tener soja | huevo, pescado, gluten |
| Bienmesabe al horno con tomate asado (tomate, bienmesabe, ajo, perejil, aceite de oliva) | Albóndigas* sin lácteos 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) |
| pescado | gluten, soja, sulfitos | huevo, pescado | huevo, gluten, soja, pescado | 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:

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 |