



## TERCERA ACTIVIDAD LEÓN

### INDICACIONES PARA LA ELABORACIÓN DE LOS MENÚS

\*Todos los platos que lleven caldo de pescado, carne o verduras, pueden contener: soja, gluten, leche, crustáceos y pescado.

\*Las salsas o platos que lleven harina pueden contener soja y gluten

\*Los platos que lleven en su elaboración vino de cocinar o vinagre, marisco o pollo congelado, contienen dióxido de azufre y sulfitos.

\*Los platos que lleven colorante pueden contener sésamo, mostaza y apio.

\*En caso de añadir fideos a las sopas, tener en cuenta que contienen cereales y huevo.

\*En caso de utilizar apio para cualquier elaboración deberá indicarse, ya que es un alérgeno.

\*Avisar cuando los purés cremas y demás elaboraciones lleven leche o derivados, ya que son otro alérgeno.

Nota: Todos los días se dispondrá de una bandeja de fruta a disposición de los residentes (un tipo de fruta por día)

Se respetará siempre la elaboración que se especifica en el menú ya sea plancha, horno, hervido, frito...

Todos los segundos aunque no se especifique irán acompañados de guarnición de ensalada

Todos los platos se cocinarán con aceite de oliva

Ingredientes que puede contener la ensalada (lechuga, maíz, zanahoria rallada, remolacha rallada, atún, huevo)

Calibración: Las calibraciones están determinadas por ración ( Kcal/ Pt/ Hc/ Lip)

(\*)Desayuno y merienda: café con leche, infusión, galletas, bollería, zumos, fruta, embutido....etc. Calibración para café con leche, azúcar, magdalena y zumo

**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



## TERCERA ACTIVIDAD LEÓN

### INDICACIONES PARA LA ELABORACIÓN DE LOS MENÚS

\*Todos los platos que lleven caldo de pescado, carne o verduras, pueden contener: soja, gluten, leche, crustáceos y pescado.

\*Las salsas o platos que lleven harina pueden contener soja y gluten

\*Los platos que lleven en su elaboración vino de cocinar o vinagre, marisco o pollo congelado, contienen dióxido de azufre y sulfitos.

\*Los platos que lleven colorante pueden contener sésamo, mostaza y apio.

\*En caso de añadir fideos a las sopas, tener en cuenta que contienen cereales y huevo.

\*En caso de utilizar apio para cualquier elaboración deberá indicarse, ya que es un alérgeno.

\*Avisar cuando los purés cremas y demás elaboraciones lleven leche o derivados, ya que son otro alérgeno.

Nota: Todos los días se dispondrá de una bandeja de fruta a disposición de los residentes (un tipo de fruta por día)

Se respetará siempre la elaboración que se especifica en el menú ya sea plancha, horno, hervido, frito...

Todos los segundos aunque no se especifique irán acompañados de guarnición de ensalada

Todos los platos se cocinarán con aceite de oliva

Ingredientes que puede contener la ensalada (lechuga, maíz, zanahoria rallada, remolacha rallada, atún, huevo)

Calibración: Las calibraciones están determinadas por ración ( Kcal/ Pt/ Hc/ Lip)

(\*)Desayuno y merienda: café con leche, infusión, galletas, bollería, zumos, fruta, embutido....etc. Calibración para café con leche, azúcar, magdalena y zumo

**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



## TERCERA ACTIVIDAD LEÓN

### INDICACIONES PARA LA ELABORACIÓN DE LOS MENÚS

\*Todos los platos que lleven caldo de pescado, carne o verduras, pueden contener: soja, gluten, leche, crustáceos y pescado.

\*Las salsas o platos que lleven harina pueden contener soja y gluten

\*Los platos que lleven en su elaboración vino de cocinar o vinagre, marisco o pollo congelado, contienen dióxido de azufre y sulfitos.

\*Los platos que lleven colorante pueden contener sésamo, mostaza y apio.

\*En caso de añadir fideos a las sopas, tener en cuenta que contienen cereales y huevo.

\*En caso de utilizar apio para cualquier elaboración deberá indicarse, ya que es un alérgeno.

\*Avisar cuando los purés cremas y demás elaboraciones lleven leche o derivados, ya que son otro alérgeno.

Nota: Todos los días se dispondrá de una bandeja de fruta a disposición de los residentes (un tipo de fruta por día)

Se respetará siempre la elaboración que se especifica en el menú ya sea plancha, horno, hervido, frito...

Todos los segundos aunque no se especifique irán acompañados de guarnición de ensalada

Todos los platos se cocinarán con aceite de oliva

Ingredientes que puede contener la ensalada (lechuga, maíz, zanahoria rallada, remolacha rallada, atún, huevo)

Calibración: Las calibraciones están determinadas por ración ( Kcal/ Pt/ Hc/ Lip)

(\*)Desayuno y merienda: café con leche, infusión, galletas, bollería, zumos, fruta, embutido....etc. Calibración para café con leche, azúcar, magdalena y zumo

**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



## TERCERA ACTIVIDAD LEÓN

### INDICACIONES PARA LA ELABORACIÓN DE LOS MENÚS

\*Todos los platos que lleven caldo de pescado, carne o verduras, pueden contener: soja, gluten, leche, crustáceos y pescado.

\*Las salsas o platos que lleven harina pueden contener soja y gluten

\*Los platos que lleven en su elaboración vino de cocinar o vinagre, marisco o pollo congelado, contienen dióxido de azufre y sulfitos.

\*Los platos que lleven colorante pueden contener sésamo, mostaza y apio.

\*En caso de añadir fideos a las sopas, tener en cuenta que contienen cereales y huevo.

\*En caso de utilizar apio para cualquier elaboración deberá indicarse, ya que es un alérgeno.

\*Avisar cuando los purés cremas y demás elaboraciones lleven leche o derivados, ya que son otro alérgeno.

Nota: Todos los días se dispondrá de una bandeja de fruta a disposición de los residentes (un tipo de fruta por día)

Se respetará siempre la elaboración que se especifica en el menú ya sea plancha, horno, hervido, frito...

Todos los segundos aunque no se especifique irán acompañados de guarnición de ensalada

Todos los platos se cocinarán con aceite de oliva

Ingredientes que puede contener la ensalada (lechuga, maíz, zanahoria rallada, remolacha rallada, atún, huevo)

Calibración: Las calibraciones están determinadas por ración ( Kcal/ Pt/ Hc/ Lip)

(\*)Desayuno y merienda: café con leche, infusión, galletas, bollería, zumos, fruta, embutido....etc. Calibración para café con leche, azúcar, magdalena y zumo

**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





## TERCERA ACTIVIDAD LEÓN

### INDICACIONES PARA LA ELABORACIÓN DE LOS MENÚS

\*Todos los platos que lleven caldo de pescado, carne o verduras, pueden contener: soja, gluten, leche, crustáceos y pescado.

\*Las salsas o platos que lleven harina pueden contener soja y gluten

\*Los platos que lleven en su elaboración vino de cocinar o vinagre, marisco o pollo congelado, contienen dióxido de azufre y sulfitos.

\*Los platos que lleven colorante pueden contener sésamo, mostaza y apio.

\*En caso de añadir fideos a las sopas, tener en cuenta que contienen cereales y huevo.

\*En caso de utilizar apio para cualquier elaboración deberá indicarse, ya que es un alérgeno.

\*Avisar cuando los purés cremas y demás elaboraciones lleven leche o derivados, ya que son otro alérgeno.

Nota: Todos los días se dispondrá de una bandeja de fruta a disposición de los residentes (un tipo de fruta por día)

Se respetará siempre la elaboración que se especifica en el menú ya sea plancha, horno, hervido, frito...

Todos los segundos aunque no se especifique irán acompañados de guarnición de ensalada

Todos los platos se cocinarán con aceite de oliva

Ingredientes que puede contener la ensalada (lechuga, maíz, zanahoria rallada, remolacha rallada, atún, huevo)

Calibración: Las calibraciones están determinadas por ración ( Kcal/ Pt/ Hc/ Lip)

(\*)Desayuno y merienda: café con leche, infusión, galletas, bollería, zumos, fruta, embutido....etc. Calibración para café con leche, azúcar, magdalena y zumo

**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

# MENÚ SEMANAL · TURMIX · Del 6 al 12 de enero del 2025

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
06-ene	07-ene	08-ene	09-ene	10-ene	11-ene	12-ene
Comida	Comida	Comida	Comida	Comida	Comida	Comida
<b>Puré de verduras, pasta y carne picada</b>	<b>Puré de alubias pintas, verduras, patata y huevo</b>	<b>Crema de marisco</b>	<b>Puré de verduras, pasta y carne</b>	<b>Puré de garbanzos, verduras, arroz y pescado</b>	<b>Puré de verduras, patata y carne</b>	<b>Puré de verduras, arroz y carne</b>
huevo, gluten, puede tener soja	huevo	moluscos, crustáceos, sulfitos, gluten, puede tener huevo, pescado	huevo, gluten, puede tener soja	pescado	puede tener soja	puede tener soja
P/40,28HD/55,39G/10,28KCAL/529	P/37,8HD/45,1G/36,9KCAL/624	P/7HD/20,6G/2,8KCAL/138	P/40,28HD/55,39G/10,28KCAL/529	P/41,28HD/67,83G/13,23KCAL/602	P/40,28HD/44,94G/36,91KCAL/493	P/36,87HD/59,07G/15,28KCAL/519
<b>Fruta triturada</b>	<b>Natillas</b>	<b>Compota de manzana</b>	<b>Fruta triturada</b>	<b>Flan</b>	<b>Fruta triturada</b>	<b>Tarta</b>
	puede tener huevo, leche y derivados			leche y derivados, puede tener huevo		huevo, gluten, leche y derivados, puede tener frutos de cáscara
P/23HD23,2G/8,42KCAL/123	P/5,07HD/10,85G/3,5KCAL/125	P/0,2HD/20,73G/0,07KCAL/83	P/23HD23,2G/8,42KCAL/123	P/4,3HD/27,5G/4,8KCAL/172	P/23HD23,2G/8,42KCAL/123	P/4,4HD/20,4G/18KCAL/257
<b>Cena</b>	<b>Cena</b>	<b>Cena</b>	<b>Cena</b>	<b>Cena</b>	<b>Cena</b>	<b>Cena</b>
<b>Puré de verduras, arroz y pescado</b>	<b>Puré de verduras, pasta y carne</b>	<b>Puré de verduras, arroz, huevo y nata</b>	<b>Puré de verduras, pescado y patata</b>	<b>Puré de verduras, pasta y carne</b>	<b>Puré de verduras, patata, huevo y fiambre de york</b>	<b>Puré de verduras, arroz y pescado</b>
pescado	huevo, gluten, puede tener soja	huevo, leche y derivados	pescado	huevo, gluten, puede tener soja	huevo, soja	pescado
P/30,93HD/58,41G/10,82KCAL/457	P/40,28HD/55,39G/10,28KCAL/529	P/22,69HD/62,15G/31,84KCAL/631	P/25,2HD/32,89G/6,41KCAL/393	P/40,28HD/55,39G/10,28KCAL/529	P/33,48HD/22,92G/22KCAL/519	P/30,93HD/58,41G/10,82KCAL/457
<b>Yogur</b>	<b>Yogur</b>	<b>Yogur</b>	<b>Yogur</b>	<b>Yogur</b>	<b>Yogur</b>	<b>Yogur</b>
leche y derivados	leche y derivados	leche y derivados	leche y derivados	leche y derivados	leche y derivados	leche y derivados
P/3,2HD/3,9G/3,9KCAL/64	P/3,2HD/3,9G/3,9KCAL/64	P/3,2HD/3,9G/3,9KCAL/64	P/3,2HD/3,9G/3,9KCAL/64	P/3,2HD/3,9G/3,9KCAL/64	P/3,2HD/3,9G/3,9KCAL/64	P/3,2HD/3,9G/3,9KCAL/64

SILVIA GUTIÉRREZ COSÍO  
Nºcol. CYL00151

## TERCERA ACTIVIDAD LEÓN

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