



## 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 5 al 11 de mayo del 2025

| LUNES                                     | MARTES                               | MIÉRCOLES                                   | JUEVES                                 | VIERNES  | SÁBADO                            | DOMINGO   |
|---|--------------------------------------|---|--|--|-----------------------------------|---|
| 05-may                                    | 06-may                               | 07-may                                      | 08-may                                 | 09-may   | 10-may                            | 11-may  |
| Comida                                    | Comida                               | Comida                                      | Comida                                 | Comida   | Comida                            | Comida  |
| Puré de lentejas, verduras, arroz y huevo | Puré de verduras, patata y carne     | Puré de alubias, verduras, patata y pescado | Puré de verduras, pasta y carne picada | Puré de verduras, garbanzos, carne y patata      | Puré de verduras, patata y carne  | Puré de verduras, arroz y carne                                 |
| huevo                                     | puede tener soja                     | pescado                                     | huevo, gluten, puede tener soja        | puede tener soja                                 | puede tener soja                  | puede tener soja  |
| P/31,69HD/65,28G/22,69KCAL/567            | P/40,28HD/44,94G/36,91KCAL/493       | P/35,58HD/40,27G/33,67KCAL/584              | P/40,28HD/55,39G/10,28KCAL/529         | P/32,8HD/41,3G/12,28KCAL/529                     | P/40,28HD/55,39G/10,28KCAL/529    | P/36,87HD/59,07G/15,28KCAL/519                                  |
| Fruta triturada                           | Natillas                             | Compota de manzana                          | Fruta triturada                        | Flan   | Fruta triturada                   | Tarta   |
|   | 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  |
| Cena                                      | Cena                                 | Cena  | Cena                                   | Cena   | Cena                              | Cena  |
| Puré de verduras, pasta y pescado         | Puré de verduras, pescado y arroz    | Puré de verduras, arroz, huevo y nata       | Puré de verduras, arroz y pescado      | Puré de verduras, fiambre de pavo, huevo y pasta | Puré de verduras, pasta y pescado | Puré de verduras, patata y pescado                              |
| pescado, huevo, gluten                    | pescado                              | huevo, leche y derivados                    | pescado                                | huevo, gluten, soja                              | pescado, huevo, gluten            | pescado   |
| P/28,1HC/29,5G/3,5KCAL/492                | P/30,93HD/58,41G/10,82KCAL/457       | P/22,69HD/62,15G/31,84KCAL/631              | P/30,93HD/58,41G/10,82KCAL/457         | P/39,97HD/45,26G/24,49KCAL/567                   | P/28,1HC/29,5G/3,5KCAL/492        | P/25,2HD/32,89G/6,41KCAL/393                                    |
| Yogur                                     | Yogur                                | Yogur                                       | Yogur                                  | Yogur  | Yogur                             | Yogur   |
| 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 |