



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	Cacahuetes	Altramuces



leche y derivados	leche y derivados	leche y derivados	leche y derivados	leche y derivados	leche y derivados	leche y derivados
P/23HD/23,2G/25KCAL/123 P/4,5HD/13,8G/0,3KCAL/77	P/23HD/23,2G/25KCAL/123 P/4,5HD/13,8G/0,3KCAL/77	P/23HD/23,2G/25KCAL/123 P/4,5HD/13,8G/0,3KCAL/77	P/23HD/23,2G/25KCAL/123 P/4,5HD/13,8G/0,3KCAL/77	P/23HD/23,2G/25KCAL/123 P/4,5HD/13,8G/0,3KCAL/77	P/23HD/23,2G/25KCAL/123 P/4,5HD/13,8G/0,3KCAL/77	P/23HD/23,2G/25KCAL/123 P/4,5HD/13,8G/0,3KCAL/77

SILVIA GUTIÉRREZ COSÍO
Nºcol. CYL00151

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 Todos los segundos aunque no se especifique irán acompañados de Ingredientes que puede contener la ensalada (lechuga, maíz, (*)Desayuno y merienda: café con leche, infusión, galletas, bollería,

Se respetará siempre la elaboración que se especifica en Todos los platos se cocinarán con aceite de oliva Calibración: Las calibraciones están determinadas por ración (

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



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)

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

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

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

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

Todos los platos se cocinarán con aceite de oliva

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

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



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	Cacahuetes	Altramuces

		MENÚ SEMANAL · TURMIX · Del 5 al 11 de octubre del 2026				
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
05-oct	06-oct	07-oct	08-oct	09-oct	10-oct	11-oct
Comida	Comida	Comida	Comida	Comida	Comida	Comida
Puré de alubias, verduras, patatata y carne	Puré de verduras, pasta y pescado	Puré de garbanzos, verduras, patata y carne	Puré de verduras, arroz y carne	Puré de verduras, arroz y carne	Puré de verduras, arroz y pescado	Puré de verduras, arroz y carne
puede tener soja	pescado, huevo, gluten	puede tener soja	puede tener soja	puede tener soja	pescado	puede tener soja
P/42,31HD/45,19G/17,88KCAL/605	P/28,1HC/29,5G/3,5KCAL/492	P/32,8HD/41,3G/12,28KCAL/529	P/36,87HD/59,07G/15,28KCAL/519	P/36,87HD/59,07G/15,28KCAL/519	P/30,93HD/58,41G/10,82KCAL/457	P/36,87HD/59,07G/15,28KCAL/519
Fruta triturada	Natillas	Compota de manzana	Fruta triturada	Flan	Fruta triturada	Helado
	puede tener huevo, leche y derivados			leche y derivados, puede tener huevo		leche y derivados
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/3,9HD/24,4G/10,8KCAL/211
Cena	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena
Puré de verduras, arroz y pescado	Puré de verduras, arroz, huevo y york	Puré de verduras, pasta y pescado	Puré de verduras, patata, huevo y pescado	Puré de verduras, pasta y pescado	Puré de verduras, pasta y carne	Puré de verduras, patata y pescado
pescado	huevo, soja	huevo, gluten, pescado	huevo, pescado	huevo, gluten, pescado	huevo, gluten, puede tener soja	pescado
P/30,93HD/58,41G/10,82KCAL/457	P/21,16HD/50,39G/26,97KCAL/563	P/28,1HC/29,5G/3,5KCAL/492	P/37,78HD/33,66G/16,35KCAL/540	P/28,1HC/29,5G/3,5KCAL/492	P/40,28HD/55,39G/10,28KCAL/529	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	Cacahuetes	Altramuces