



		ALERGIAS/INTOLERANCIAS ALIMENTARIAS MÁS COMUNES EN LA POBLACIÓN ⁽¹⁾ :								
DÍA	PLATOS	CELIACO	AL.FRUTOS SECOS/CACAHUETE	AL.SOJA	AL.LECHE Y DERIVADOS (INCLUYE LACTOSA)	AL.HUEVO	AL. LEGUMBRES (INCLUYE SOJA)	AL.MARISCO-MOLUSCOS	AL.PESCADO	
1	1er p	Macarrones "sin gluten" italiana (con tomate, sin queso)								
	2º p	Filete de bacalao en salsa mery (al horno con ajo y perejil)							Muslo de pollo al horno	
2	1er p	Crema de verduras naturales (sin queso)								
	2º p	Lomo en salsa española (al horno con salsa de hortalizas)								
5	1er p	Fideos "sin gluten" a la cazuela con pavo								
	2º p	Filete de bacalao rebozado casero (con harina de maíz)							Lomo rustido	
6	1er p	Crema de zanahoria								
	2º p	Muslo de pollo al chilindrón con judías verdes (al horno con salsa de hortalizas)					Muslo de pollo al chilindrón con guarnición de verduras (al horno con salsa de hortalizas)	Muslo de pollo al chilindrón con judías verdes (al horno con salsa de hortalizas)		
7	1er p	Macarrones "sin gluten" napolitana (con tomate y hortalizas, sin queso)								
	2º p	Merluza a la vasca (al horno con espárragos y guisantes)					Merluza al caldo corto	Merluza a la vasca (al horno con espárragos y guisantes)	Pechuga de pollo al limón	
8	1er p	Arroz con tomate								
	2º p	Salteado de magro con hortalizas								
9	1er p	Lentejas a la jardinera (con hortalizas)					Crema de patata	Lentejas a la jardinera (con hortalizas)		
	2º p	Tortilla de patata y calabacín					Pechuga de pavo a la plancha	Tortilla de patata y calabacín		
12	1er p	Alubias a la jardinera (con hortalizas)					Crema de patata y zanahoria	Alubias a la jardinera (con hortalizas)		
	2º p	Pechuga de pollo con pisto (al horno con tomate y hortalizas)								
13	1er p	Sopa de ave con fideos "sin gluten"								
	2º p	Lomo al horno con guisantes					Lomo al horno con guarnición de verduras	Lomo al horno con guisantes		

(1) Se incluye en este grupo el apio, mostaza, sésamo, anhídrido sulfuroso y sulfitos, altramuces y sus derivados.

NOTA 1: Los menús especiales para alergias e intolerancias siguen la misma composición de menú escolar (entrante, 1er plato, 2º plato, postre, pan y agua), adaptándolo a su indicación correspondiente: se diseñan de forma específica y reciben un tratamiento aislado en cocina, de forma que la compra, abastecimiento, almacenamiento y cocinado de estos menús se realiza según un procedimiento especial para asegurar la idoneidad en el servicio.

NOTA 2: Las comidas servidas para escolares, pueden incluir alimento/s que causan alergia y/o intolerancia alimentaria que son **menos comunes** en la población (por ejemplo: alergia a una hortaliza como el tomate, champiñón, haba, a frutas como uva, fresa, kiwi, a pescados como atún, u otros alimentos como especias, chocolate, etc.) Pueden presentarse tantas como alimentos existen. La planificación de estas comidas la realiza la cocinera eliminando ó sustituyendo (cuando sea necesario) el ingrediente alérgico indicado, por otro alimento nutricionalmente equivalente.

NOTA 3: En el caso de celíacos en combinación con otras alergias, para las cuales la base de pizza "sin gluten" NO es APTA (ejemplo, celíaco y alérgico a la soja), será sustituida por un cárnico libre de alérgenos.





		ALERGIAS/INTOLERANCIAS ALIMENTARIAS MÁS COMUNES EN LA POBLACIÓN ⁽¹⁾ :								
DÍA	PLATOS	CELIACO	AL.FRUTOS SECOS/CACAHUETE	AL.SOJA	AL.LECHE Y DERIVADOS (INCLUYE LACTOSA)	AL.HUEVO	AL. LEGUMBRES (INCLUYE SOJA)	AL.MARISCO-MOLUSCOS	AL.PESCADO	
14	1er p	Arroz con verduras								
	2º p	Filete de bacalao rebozado casero (con harina de maíz)								<i>Pechuga de pavo en su jugo</i>
15	1er p	Crema de verduras								
	2º p	Pizza de atún "sin gluten" (con tomate, sin queso)	<i>Pizza vegetal (con tomate, sin queso)</i>							
16	1er p	Macarrones "sin gluten" con atún								<i>Macarrones "sin gluten" salteados con hortalizas</i>
	2º p	Tortilla de patata				<i>Magro con ajetes</i>		Tortilla de patata		
19	1er p	Vichyssoise (crema de patata y puerro)								
	2º p	Salteado de magro en salsa con menestra de verduras (al horno con salsa de hortalizas)					<i>Salteado de magro en salsa con guarnición de verduras (al horno con salsa de hortalizas)</i>		Salteado de magro en salsa con menestra de verduras (al horno con salsa de hortalizas)	
20	1er p	Arroz con magro y verduras								
	2º p	Merluza rebozada casera (con harina de maíz)								<i>Pechuga de pavo al limón</i>
21	1er p	Sopa de pescado con fideos "sin gluten" (con merluza, calamar y gamba)							<i>Sopa de ave con fideos "sin gluten"</i>	
	2º p	Muslo de pollo rustido con zanahoria								
22	1er p	Garbanzos con verduras					<i>Hervido (patata, zanahoria y cebolla)</i>		Garbanzos con verduras	
	2º p	Lomo rebozado casero (con harina de maíz)								
23	1er p	Macarrones "sin gluten" con tomate y calabacín								
	2º p	Tortilla española (con patata y cebolla)				<i>Pechuga de pollo en su jugo</i>		Tortilla española (con patata y cebolla)		

(1) Se incluye en este grupo el apio, mostaza, sésamo, anhídrido sulfuroso y sulfitos, altramuces y sus derivados.

NOTA 1: Los menús especiales para alergias e intolerancias siguen la misma composición de menú escolar (entrante, 1er plato, 2º plato, postre, pan y agua), adaptándolo a su indicación correspondiente: se diseñan de forma específica y reciben un tratamiento aislado en cocina, de forma que la compra, abastecimiento, almacenamiento y cocinado de estos menús se realiza según un procedimiento especial para asegurar la idoneidad en el servicio.

NOTA 2: Las comidas servidas para escolares, pueden incluir alimento/s que causan alergia y/o intolerancia alimentaria que son **menos comunes** en la población (por ejemplo: alergia a una hortaliza como el tomate, champiñón, haba, a frutas como uva, fresa, kiwi, a pescados como atún, u otros alimentos como especias, chocolate, etc.) Pueden presentarse tantas como alimentos existen. La planificación de estas comidas la realiza la cocinera eliminando ó sustituyendo (cuando sea necesario) el ingrediente alérgico indicado, por otro alimento nutricionalmente equivalente.

NOTA 3: En el caso de celíacos en combinación con otras alergias, para las cuales la base de pizza "sin gluten" NO es APTA (ejemplo, celíaco y alérgico a la soja), será sustituida por un cárnico libre de alérgenos.

