

		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	Festivo							
	2º p								
2	1er p	Festivo							
	2º p								
5	1er p	Macarrones "sin gluten" con atún							<i>Macarrones "sin gluten" salteados con hortalizas</i>
	2º p	Tortilla de patata				<i>Magro con tomate</i>	Tortilla de patata		
6	1er p	Potaje de garbanzos con verduras					<i>Crema de patata y zanahoria</i>	Potaje de garbanzos con verduras	
	2º p	Pechuga de pollo rebozada casera (con harina de maíz)							
7	1er p	Sopa de ave con fideos "sin gluten"							
	2º p	Lomo a las hierbas provenzales con guisantes (al horno)					<i>Lomo a las hierbas provenzales con guarnición de verduras (al horno)</i>	Lomo a las hierbas provenzales con guisantes (al horno)	
8	1er p	Crema de zanahoria							
	2º p	Pizza de atún "sin gluten" (con tomate, sin queso)	<i>Pizza vegetal (con tomate, sin queso)</i>						
9	1er p	Arroz con verduras							
	2º p	Filete de bacalao rebozado casero (con harina de maíz)							<i>Muslo de pollo rustido</i>
12	1er p	Crema de patata							
	2º p	Pechuga de pollo con pisto (al horno con tomate y hortalizas)							
13	1er p	Fideos "sin gluten" a la cazuela con pavo							
	2º p	Merluza a la vizcaína (al horno con salsa de hortalizas)							<i>Lomo al horno</i>

(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, celiaco y alérgico a la soja), será sustituida por un cárnico libre de alérgenos.



MENÚ MARZO 2018

C. ACADEMIA SANTA TERESA



		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 tomate							
	2º p	Salteado de magro con hortalizas							
15	1er p	Macarrones "sin gluten" napolitana (con tomate y hortalizas)(sin queso)							
	2º p	Tortilla de patata y calabacín			<i>Muslo de pollo asado</i>		Tortilla de patata y calabacín		
16	1er p	Lentejas a la jardinera (con hortalizas)					<i>Hervido (patata, zanahoria y cebolla)</i>		Lentejas a la jardinera (con hortalizas)
	2º p	Filete de bacalao rebozado casero (con harina de maíz)							
19	1er p	Macarrones "sin gluten" italiana (con tomate, sin queso)							
	2º p	Lomo en salsa de cebolla (al horno)							
20	1er p	Alubias con verduras					<i>Crema de zanahoria</i>		Alubias con verduras
	2º p	Merluza rebozada casera (con harina de maíz)							
21	1er p	Sopa de ave con fideos "sin gluten"							
	2º p	Muslo de pollo a la cazadora con champiñón (al horno con salsa de hortalizas)							
22	1er p	Arroz con magro y verduras							
	2º p	Filete de bacalao en salsa verde (al horno con ajo y perejil)							
23	1er p	Crema de verduras							
	2º p	Tortilla española (con patata y cebolla)			<i>Magro con hortalizas</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.

