

		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	Lentejas con verduras					Hervido (patata, zanahoria y cebolla)		Lentejas con verduras	
	2º p	Pechuga de pollo en salsa de cebolla (al horno)								
2	1er p	Macarrones "sin gluten" italiana (con tomate)(sin queso)								
	2º p	Merluza a la vasca (al horno con espárragos y guisantes)					Merluza al vapor		Merluza a la vasca (al horno con espárragos y guisantes)	Magro con hortalizas
3	1er p	Arroz con pollo y verduras								
	2º p	Pechuga de pavo rebozada casera (con harina de maíz)								
4	1er p	Crema de calabacín								
	2º p	Tortilla de patata				Muslo de pollo al horno		Tortilla de patata		
5	1er p	Fideos "sin gluten" a la cazuela con magro								
	2º p	Filete de abadejo rebozado casero (con harina de maíz)							Lomo rustido	
8	1er p	Crema de zanahoria								
	2º p	Muslo de pollo en salsa con menestra de verduras (al horno con salsa de hortalizas)					Muslo de pollo en salsa con guarnición de verduras (al horno con salsa de hortalizas)		Muslo de pollo en salsa con menestra de verduras (al horno con salsa de hortalizas)	
9	1er p	Alubias con verduras					Hervido (patata, zanahoria y cebolla)		Alubias con verduras	
	2º p	Tortilla española (con patata y cebolla)				Lomo asado		Tortilla española (con patata y cebolla)		
10	1er p	Macarrones "sin gluten" con tomate y calabacín								
	2º p	Merluza rebozada casera (con harina de maíz)							Pechuga de pollo a la plancha	
11	1er p	Arroz con pescado (con merluza, calamar y gamba)						Arroz con verduras		
	2º p	Magro con tomate								
12	1er p	Festivo								
	2º p									
15	1er p	Crema de patata y zanahoria								
	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, altramuzes 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	
16	1er p	Fideos "sin gluten" a la cazuela con pavo								
	2º p	Merluza en salsa de tomate casera (al horno)							Magro con ajetes	
17	1er p	Sopa de pescado con fideos "sin gluten" (con merluza, calamar y gamba)						Sopa de ave con fideos "sin gluten"		
	2º p	Muslo de pollo al chilindrón con zanahoria (al horno con salsa de hortalizas)								
18	1er p	Garbanzos a la jardinera (con hortalizas)					Hervido (patata, zanahoria y cebolla)		Garbanzos a la jardinera (con hortalizas)	
	2º p	Tortilla de patata y calabacín				Pechuga de pavo en su jugo		Tortilla de patata y calabacín		
19	1er p	Arroz con verduras								
	2º p	Filete de bacalao rebozado casero (con harina de maíz)							Pechuga de pollo al limón	
22	1er p	Lentejas con verduras					Hervido (patata, zanahoria y cebolla)		Lentejas con verduras	
	2º p	Pechuga de pollo rebozada casera (con harina de maíz)								
23	1er p	Macarrones "sin gluten" con tomate y champiñón								
	2º p	Filete de abadejo en salsa verde (al horno con ajo y perejil)							Magro con hortalizas	
24	1er p	Arroz con coliflor y ajetes								
	2º p	Tortilla española (con patata y cebolla)				Muslo de pollo al horno		Tortilla española (con patata y cebolla)		
25	1er p	Crema de verduras								
	2º p	Pizza de atún "sin gluten" (con tomate)(sin queso)	Pizza vegetal (con tomate)(sin queso)							
26	1er p	Guisado de patatas con pescado (con merluza, calamar y gamba)						Guisado de patatas con verduras		
	2º p	Lomo con pisto (al horno con tomate y hortalizas)								
29	1er p	Macarrones "sin gluten" napolitana (con tomate y hortalizas)(sin queso)								
	2º p	Merluza rebozada casera (con harina de maíz)							Magro con ajetes	
30	1er p	Arroz con tomate								
	2º p	Tortilla de patata				Pechuga de pavo a la plancha		Tortilla de patata		
31	1er p	Sopa de ave con fideos "sin gluten"								
	2º p	Muslo de pollo en salsa con patatas fritas caseras (al horno con salsa de hortalizas)								

(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 o 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.

