

		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					Crema de patata		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 al vapor con maíz salteado								Magro con hortalizas
3	1er p	Arroz con pollo y verduras								
	2º p	Pechuga de pavo en su jugo								
4	1er p	Garbanzos a la jardinera (con hortalizas)					Hervido (patata, zanahoria y cebolla)		Garbanzos a la jardinera (con hortalizas)	
	2º p	Tortilla de patata con pimientos asados				Muslo de pollo al horno		Tortilla de patata con pimientos asados		
5	1er p	Fideos "sin gluten" a la cazuela con magro								
	2º p	Filete de abadejo al caldo corto								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 al horno								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	Festivo								
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, 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	
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	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		
18	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)								
19	1er p	Arroz con verduras								
	2º p	Filete de bacalao al vapor								Pechuga de pollo al limón
22	1er p	Lentejas con verduras					Crema de patata y zanahoria		Lentejas con verduras	
	2º p	Pechuga de pollo al limón								
23	1er p	Espaguetis "sin gluten" con tomate y champiñón								
	2º p	Filete de abadejo al horno con verduras salteadas								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	Alubias a la jardinera (con hortalizas)					Hervido (patata, zanahoria y cebolla)		Alubias a la jardinera (con hortalizas)	
	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 al caldo corto								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 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.

