



		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 con zanahoria (al horno con salsa de hortalizas)							
5	1er p	Fideos "sin gluten" a la cazuela con pavo							
	2º p	Filete de bacalao al limón							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	Garbanzos a la jardinera (con hortalizas)					Crema de patata	Garbanzos 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	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	
13	1er p	Alubias a la jardinera (con hortalizas)					Crema de patata y zanahoria	Alubias a la jardinera (con hortalizas)	
	2º p	Pechuga de pollo al limón							
14	1er p	Espaguetis "sin gluten" con atún							Espaguetis "sin gluten" salteados con hortalizas
	2º p	Tortilla de patata					Magro con ajetes	Tortilla de patata	

(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 cocción 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 alérgeno 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	
15	1er p	Lentejas con verduras					Hervido (patata, zanahoria y cebolla)		Lentejas con verduras	
	2º p	Pizza de atún "sin gluten" (con tomate, sin queso)	Pizza vegetal (con tomate, sin queso)							
16	1er p	Arroz con verduras								
	2º p	Filete de bacalao al vapor con guarnición de verduras							Pechuga de pavo en su jugo	
19	1er p	Vichyssoise (crema de patata y puerro)								
	2º p	Pechuga de pollo con pisto (al horno con tomate y hortalizas)								
20	1er p	Macarrones "sin gluten" con tomate y calabacín								
	2º p	Merluza en salsa verde (al horno con ajo y perejil)							Magro con ajetes	
21	1er p	Arroz con magro y verduras								
	2º p	Tortilla española (con patata y cebolla)				Pechuga de pavo al limón		Tortilla española (con patata y cebolla)		
22	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 rustido con zanahoria								
23	1er p	Lentejas a la jardinera (con hortalizas)					Hervido (patata, zanahoria y cebolla)		Lentejas a la jardinera (con hortalizas)	
	2º p	Filete de bacalao al caldo corto							Lomo al horno	
26	1er p	Crema de verduras naturales								
	2º p	Salteado de magro en salsa con menestra de verduras (al horno con salsa de hortalizas)					Salteado de magro en salsa con guarnición de verduras (al horno con salsa de hortalizas)		Salteado de magro en salsa con menestra de verduras (al horno con salsa de hortalizas)	
27	1er p	Garbanzos con verduras					Hervido (patata, zanahoria y cebolla)		Garbanzos con verduras	
	2º p	Pechuga de pollo a la plancha								
28	1er p	Festivo								
	2º p									

(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.

