

		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	Sopa de ave con fideos "sin gluten"							
	2º p	Pechuga de pollo al limón							
3	1er p	Alubias con verduras					Crema de patata y zanahoria		Alubias con verduras
	2º p	Tortilla española (con patata y cebolla)				Muslo de pollo asado	Tortilla española (con patata y cebolla)		
4	1er p	Arroz con setas							
	2º p	Filete de bacalao al horno con verduras salteadas							Lomo al horno
7	1er p	Lentejas a la jardinera (con hortalizas)					Crema de zanahoria		Lentejas a la jardinera (con hortalizas)
	2º p	Lomo a las hierbas provenzales (al horno)							
8	1er p	Fideos "sin gluten" a la cazuela con pavo							
	2º p	Merluza en salsa de tomate (al horno)							Magro con tomate
9	1er p	Arroz con verduras							
	2º p	Tortilla de patata y calabacín				Pechuga de pavo a la plancha		Tortilla de patata y calabacín	
10	1er p	Macarrones "sin gluten" italiana (con tomate, sin queso)							
	2º p	Filete de abadejo al vapor							Pechuga de pollo al limón
11	1er p	Guisado de patatas con magro							
	2º p	Muslo de pollo a la cazadora con champiñón (al horno con salsa de hortalizas)							
14	1er p	Sopa de ave con fideos "sin gluten"							
	2º p	Pechuga de pollo a la plancha							
15	1er p	Arroz con pescado (con merluza, calamar y gamba)						Arroz con coliflor y ajetes	
	2º p	Tortilla española con maíz salteado (con patata y cebolla)				Pechuga de pavo en su jugo	Tortilla española con maíz salteado (con patata y cebolla)		
16	1er p	Espaguetis "sin gluten" napolitana (con tomate y hortalizas)(sin queso)							
	2º p	Filete de abadejo a la vasca (al horno con espárragos y guisantes)					Filete de abadejo al limón	Filete de abadejo a la vasca (al horno con espárragos y guisantes)	Muslo de pollo asado

(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	
17	1er p	Garbanzos a la jardinera (con hortalizas)					Hervido (patata, zanahoria y cebolla)		Garbanzos a la jardinera (con hortalizas)	
	2º p	Salteado de magro a la santanderina con zanahoria (al horno con salsa de hortalizas)								
18	1er p	Crema de verduras naturales								
	2º p	Pizza de atún "sin gluten" (con tomate, sin queso)	Pizza vegetal (con tomate, sin queso)							
21	1er p	Arroz con tomate								
	2º p	Lomo en salsa de cebolla con verduras rehogadas (al horno)								
22	1er p	Crema de zanahoria								
	2º p	Muslo de pollo al horno con judías verdes					Muslo de pollo al horno con guarnición de verduras		Muslo de pollo al horno con judías verdes	
23	1er p	Macarrones "sin gluten" con tomate y calabacín								
	2º p	Merluza en salsa mery (al horno con ajo y perejil)							Magro con ajetes	
24	1er p	Festivo								
	2º p									
25	1er p	Festivo								
	2º p									
28	1er p	Macarrones "sin gluten" salteados con hortalizas								
	2º p	Merluza al horno							Magro con hortalizas	
29	1er p	Potaje de garbanzos con verduras					Crema de patata y zanahoria		Potaje de garbanzos con verduras	
	2º p	Tortilla de patata y calabacín					Muslo de pollo asado		Tortilla de patata y calabacín	
30	1er p	Sopa de pescado con fideos "sin gluten" (con merluza, calamar, gamba y mejillón)							Sopa de ave con fideos "sin gluten"	
	2º p	Pechuga de pollo con pisto (al horno con tomate y hortalizas)								
31	1er p	Arroz con pollo y verduras								
	2º p	Pechuga de pavo a la plancha								

(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.

