

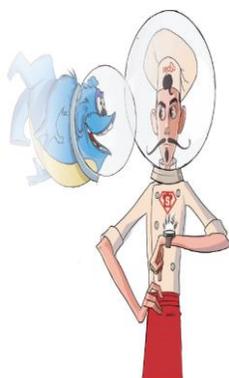
		ALERGIAS/INTOLERANCIAS ALIMENTARIAS MÁS COMUNES EN LA POBLACIÓN <sup>(1)</sup> :							
DÍA	PLATOS	CELIACO	AL.FRUTOS SECOS/CACAHUETE	AL.SOJA	AL.LECHE Y DERIVADOS (INCLUYE LACTOSA)	AL.HUEVO	AL. LEGUMBRES (INCLUYE SOJA)	AL.MARISCO-MOLUSCOS	AL.PESCADO
8	1er p	Espaguetis "sin gluten" italiana (con tomate, sin queso)							
	2º p	Filete de bacalao al limón							<i>Pechuga de pollo al limón</i>
9	1er p	Guisado de patatas con pescado (con merluza, calamar y gamba)						<i>Guisado de patatas con verduras</i>	
	2º p	Lomo a las hierbas provenzales con zanahoria (al horno)							
10	1er p	Alubias a la jardinera (con hortalizas)					<i>Hervido (patata, zanahoria y cebolla)</i>	Alubias a la jardinera (con hortalizas)	
	2º p	Tortilla española (con patata y cebolla)				<i>Pechuga de pavo en su jugo</i>	Tortilla española (con patata y cebolla)		
11	1er p	Arroz con verduras							
	2º p	Magro con tomate							
12	1er p	Sopa de ave con fideos "sin gluten"							
	2º p	Muslo de pollo rustido con guisantes					<i>Muslo de pollo rustido con guarnición de verduras</i>	Muslo de pollo rustido con guisantes	
15	1er p	Lentejas con verduras					<i>Crema de zanahoria</i>	Lentejas con verduras	
	2º p	Lomo con pisto (al horno con tomate y hortalizas)							
16	1er p	Macarrones "sin gluten" con tomate y champiñón							
	2º p	Merluza en salsa verde con menestra de verduras (al horno con ajo y perejil)					<i>Merluza en salsa verde con guarnición de verduras (al horno con ajo y perejil)</i>	Merluza en salsa verde con menestra de verduras (al horno con ajo y perejil)	<i>Pechuga de pavo a la plancha</i>
17	1er p	Garbanzos a la jardinera (con hortalizas)					<i>Hervido (patata, zanahoria y cebolla)</i>	Garbanzos a la jardinera (con hortalizas)	
	2º p	Pechuga de pollo al limón con verduras salteadas							
18	1er p	Crema de verduras naturales							
	2º p	Pizza de atún "sin gluten" (con tomate, sin queso)	<i>Pizza vegetal (con tomate, sin queso)</i>						
19	1er p	Arroz con pescado (con merluza, calamar y gamba)						<i>Arroz con coliflor y ajetes</i>	
	2º p	Tortilla de patata y calabacín				<i>Muslo de pollo rustido</i>	Tortilla de patata y calabacín		

**(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.

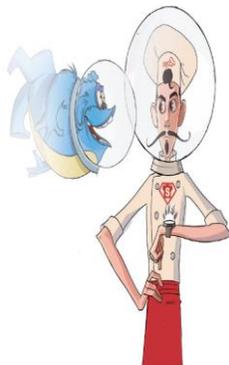


**MENÚ ENERO 2018**

**C. BETICA MUDARRA**



ALERGIAS/INTOLERANCIAS ALIMENTARIAS MÁS COMUNES EN LA POBLACIÓN <sup>(1)</sup> :										
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	
22	1er p	Patatas revueltas con huevo					<i>Patatas panaderas (con pimiento y cebolla)</i>	Patatas revueltas con huevo		
	2º p	Pechuga de pollo a la santanderina con judías verdes (al horno con salsa de hortalizas)						<i>Pechuga de pollo a la santanderina con guarnición de verduras (al horno con salsa de hortalizas)</i>	Pechuga de pollo a la santanderina con judías verdes (al horno con salsa de hortalizas)	
23	1er p	Espaguetis "sin gluten" con tomate y calabacín								
	2º p	Filete de abadejo a la vasca (al horno con espárragos y guisantes)					<i>Filete de abadejo al caldo corto</i>	Filete de abadejo a la vasca (al horno con espárragos y guisantes)	<i>Magro con ajetes</i>	
24	1er p	Alubias con verduras					<i>Hervido (patata, zanahoria y cebolla)</i>	Alubias con verduras		
	2º p	Muslo de pollo a la cazadora con champiñón (al horno con salsa de hortalizas)								
25	1er p	Arroz con tomate								
	2º p	Merluza al limón							<i>Pechuga de pavo a la plancha</i>	
26	1er p	Sopa de ave con fideos "sin gluten"								
	2º p	Lomo al horno								
29	1er p	Lentejas a la jardinera (con hortalizas)					<i>Hervido (patata, zanahoria y cebolla)</i>	Lentejas a la jardinera (con hortalizas)		
	2º p	Merluza al vapor							<i>Magro con hortalizas</i>	
30	1er p	Sopa de ave con fideos "sin gluten"								
	2º p	Pechuga de pollo en salsa de cebolla con verduras rehogadas (al horno)								
31	1er p	Arroz con magro y verduras								
	2º p	Tortilla de atún					<i>Pechuga de pavo al limón</i>	Tortilla de atún		<i>Tortilla francesa</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, celíaco y alérgico a la soja), será sustituida por un cárnico libre de alérgenos.