


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	
7	1er p	Macarrones "sin gluten" italiana (con tomate)(sin queso)								
	2º p	Merluza rebozada casera (con harina de maíz)								<i>Magro con ajetes</i>
8	1er p	Ensalada completa (lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún, huevo duro y olivas)				<i>Ensalada completa (sin huevo)</i>	Ensalada completa (lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún, huevo duro y olivas)		<i>Ensalada completa (sin atún)</i>	
	2º p	Arroz con pollo								
9	1er p	Sopa de ave con fideos "sin gluten"								
	2º p	Jamoncito de pollo rustido con JUDÍAS VERDES ECO					<i>Jamoncito de pollo rustido con guarnición de verduras</i>	Jamoncito de pollo rustido con JUDÍAS VERDES ECO		
10	1er p	Garbanzos de la huerta (con hortalizas)					<i>Hervido valenciano (sin judías verdes)</i>	Garbanzos de la huerta (con hortalizas)		
	2º p	Tortilla española (con patata y cebolla)				<i>Jamón serrano y queso</i>	Tortilla española (con patata y cebolla)			
11	1er p	Guisado de patatas con pescado (con merluza, calamar, gamba y mejillón)							<i>Guisado de patatas con verduras</i>	
	2º p	Lomo a las hierbas provenzales con ZANAHORIA ECO (al horno)								
14	1er p	Lentejas con arroz (con hortalizas)					<i>Crema de patata y zanahoria</i>	Lentejas con arroz (con hortalizas)		
	2º p	Hamburguesa mixta (ternera y cerdo) lionesa (al horno con salsa de cebolla)	<i>Lomo en salsa de cebolla (al horno)</i>							
15	1er p	Espaguetis "sin gluten" napolitana (con tomate y hortalizas)								
	2º p	Merluza SOSTENIBLE en salsa verde con GUISANTES ECO (al horno con ajo y perejil)					<i>Merluza SOSTENIBLE en salsa verde con guarnición de verduras (al horno con ajo y perejil)</i>	Merluza SOSTENIBLE en salsa verde con GUISANTES ECO (al horno con ajo y perejil)	<i>Magro con hortalizas</i>	
16	1er p	Crema de zanahoria								
	2º p	Pechuga de pollo rebozada casera (con harina de maíz)								
17	1er p	Alubias campesinas (con hortalizas)					<i>Hervido valenciano (sin judías verdes)</i>	Alubias campesinas (con hortalizas)		
	2º p	Pizza de jamón serrano "sin gluten" (con tomate)(sin queso)	<i>Pizza de jamón serrano (con tomate)(sin queso)</i>							
18	1er p	Arroz a banda (con merluza, calamar, gamba y mejillón)							<i>Arroz con setas</i>	
	2º p	Tortilla de calabacín				<i>Muslo de pollo asado</i>	Tortilla de 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 alérgeno indicado, por otro alimento nutricionalmente equivalente.

NOTA 3: Los derivados cárnicos (hamburguesa, longaniza, albóndiga) son productos exclusivamente APTOS para los comensales CELÍACOS. En el caso de celíacos con combinación del resto de alergias comunes (por ejemplo: celíaco e intolerante a la lactosa, celíaco y alérgico al huevo,...) los derivados cárnicos serán sustituidos por el cárnico indicado para la alergia combinada. En el caso de la base de pizza "sin gluten", sólo para los casos en los que NO sea APTA, será sustituida por fiambre 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	
21	1er p	Crema de patata y puerro								
	2º p	Albóndigas a la santanderina con menestra (carne de cerdo al horno con salsa de hortalizas)	Salteado de magro a la santanderina con menestra (al horno con salsa de hortalizas)				Salteado de magro a la santanderina con guarnición de verduras (al horno con salsa de hortalizas)		Salteado de magro a la santanderina con menestra (al horno con salsa de hortalizas)	
22	1er p	Macarrones "sin gluten" con tomate y calabacín								
	2º p	Abadejo al horno								Pechuga de pollo al limón
23	1er p	Potaje de garbanzos con verduras						Hervido valenciano (sin judías verdes)		Potaje de garbanzos con verduras
	2º p	Tortilla francesa con loncha de queso			Tortilla francesa	Jamón serrano y queso	Tortilla francesa con loncha de queso			
24	1er p	Arroz con tomate								
	2º p	Merluza rebozada casera (con harina de maíz)								Lomo rustido
25	1er p	Sopa de ave con fideos "sin gluten"								
	2º p	Muslo de pollo asado con CHAMPIÑÓN ECO								
28	1er p	Lentejas con ESPINACAS ECO						Crema de patata y zanahoria		Lentejas con ESPINACAS ECO
	2º p	Lomo en salsa española (al horno con salsa de hortalizas)								
29	1er p	Arroz con verduras								
	2º p	Filete de bacalao rebozado casero (con harina de maíz)								Pechuga de pollo en su jugo
30	1er p	Alubias a la jardinera (con hortalizas)						Hervido valenciano (sin judías verdes)		Alubias a la jardinera (con hortalizas)
	2º p	Tortilla de patata					Jamón serrano y queso	Tortilla de patata		
31	1er p	Crema de patata con pimentón								
	2º p	Longanizas con pisto (carne de cerdo al horno con tomate y hortalizas)	Magro con pisto (al horno con tomate y 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: Los derivados cárnicos (hamburguesa, longaniza, albóndiga) son productos exclusivamente APTOS para los comensales CELIACOS. En el caso de celíacos con combinación del resto de alergias comunes (por ejemplo: celíaco e intolerante a la lactosa, celíaco y alérgico al huevo,...) los derivados cárnicos serán sustituidos por el cárnico indicado para la alergia combinada. En el caso de la base de pizza "sin gluten", sólo para los casos en los que NO sea APTA, será sustituida por fiambre libre de alérgenos.