



MENÚ JUNIO 2019

VALENCIA Y CASTELLÓN AUTÓNOMA

		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	
3	1er p	Sopa de ave con fideos "sin gluten"								
	2º p	Pechuga de pollo rebozada casera (con harina de maíz)								
4	1er p	Alubias a la jardinera (con hortalizas)				<i>Hervido valenciano (sin judías verdes)</i>		Alubias a la jardinera (con hortalizas)		
	2º p	Tortilla de calabacín y puerro					<i>Muslo de pollo al horno</i>	Tortilla de calabacín y puerro		
5	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	Macarrones "sin gluten" salteados con pollo (con tomate)								
6	1er p	Arroz con tomate								
	2º p	Abadejo rebozado casero (con harina de maíz)							<i>Magro con hortalizas</i>	
7	1er p	Crema de garbanzos (con hortalizas)				<i>Crema de zanahoria</i>		Crema de garbanzos (con hortalizas)		
	2º p	Pizza de jamón serrano "sin gluten" (con tomate)(sin queso)		<i>Pizza de jamón serrano (con tomate)(sin queso)</i>						
10	1er p	Lentejas con hortalizas y arroz				<i>Hervido valenciano (sin judías verdes)</i>		Lentejas con hortalizas y arroz		
	2º p	Longanizas lionesa (carne de cerdo al horno con salsa de cebolla)		<i>Magro con ajetes</i>						
11	1er p	Espaguetis "sin gluten" napolitana (con tomate y hortalizas)(sin queso)								
	2º p	Merluza en salsa mery (al horno con ajo y perejil)							<i>Pechuga de pollo al limón</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: 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	
12	1er p	Ensalada campera (con patata, hortalizas, huevo, atún y olivas)				<i>Ensalada campera (sin huevo)</i>	Ensalada campera (con patata, hortalizas, huevo, atún y olivas)		<i>Ensalada campera (sin atún)</i>	
	2º p	Muslo de pollo asado con GUISANTES ECO					<i>Muslo de pollo asado con guarnición de verduras</i>	Muslo de pollo asado con GUISANTES ECO		
13	1er p	Arroz con verduras								
	2º p	Tortilla francesa con loncha de queso			<i>Tortilla francesa</i>	<i>Jamón serrano y queso</i>	Tortilla francesa con loncha de queso			
14	1er p	Alubias de la huerta (con hortalizas)					<i>Crema de patata y zanahoria</i>	Alubias de la huerta (con hortalizas)		
	2º p	Lomo en salsa con ZANAHORIA ECO (al horno con salsa de hortalizas)								
17	1er p	Vichyssoise (crema de patata y puerro)								
	2º p	Hamburguesa mixta (ternera y cerdo) con pisto (al horno con tomate y hortalizas)	<i>Lomo con pisto (al horno con tomate y hortalizas)</i>							
18	1er p	Potaje de garbanzos con verduras					<i>Hervido valenciano (sin judías verdes)</i>	Potaje de garbanzos con verduras		
	2º p	Tortilla española (con patata y cebolla)				<i>Pechuga de pollo al limón</i>	Tortilla española (con patata y cebolla)			
19	1er p	Ensalada de pasta (con macarrones "sin gluten", hortalizas y huevo)				<i>Ensalada de pasta (sin huevo)</i>	Ensalada de pasta (con macarrones "sin gluten", hortalizas y huevo)			
	2º p	Abadejo rebozado casero (con harina de maíz)								<i>Magro con hortalizas</i>
20	1er p	Arroz con pollo								
	2º p	Jamón serrano y queso			<i>Jamón serrano</i>	Jamón serrano y queso				

(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 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.