

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									
4	1er p	Lentejas de la huerta (con hortalizas)					Crema de patata		Lentejas de la huerta (con hortalizas)	
	2º p	Filete de bacalao rebozado casero (con harina de maíz)								Lomo al horno
5	1er p	Ensalada completa (lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún y olivas)								Ensalada completa (sin atún)
	2º p	Arroz con pollo								
6	1er p	Espaguetis "sin gluten" con tomate y CHAMPIÑÓN ECO								
	2º p	Merluza SOSTENIBLE al horno (con ajo y perejil)								Pechuga de pollo a la plancha
7	1er p	Crema mediterránea (con hortalizas)								
	2º p	Albóndigas a la santanderina (carne de cerdo al horno con salsa de hortalizas)	Salteado de magro a la santanderina (al horno con salsa de hortalizas)							
8	1er p	Garbanzos a la jardinera (con hortalizas)					Hervido valenciano (sin judías verdes)		Garbanzos a la jardinera (con hortalizas)	
	2º p	Tortilla española (con patata y cebolla)					Jamón serrano y queso		Tortilla española (con patata y cebolla)	
11	1er p	Sopa de ave con fideos "sin gluten"								
	2º p	Longanizas en salsa de cebolla (carne de cerdo al horno)	Lomo en salsa de cebolla (al horno)							
12	1er p	Alubias con verduras					Hervido valenciano (sin judías verdes)		Alubias con verduras	
	2º p	Merluza rebozada casera (con harina de maíz)								Pechuga de pollo al limón
13	1er p	Arroz a la cubana (con tomate)								
	2º p	Tortilla francesa con loncha de queso			Tortilla francesa		Jamón serrano y queso		Tortilla francesa con loncha de queso	
14	1er p	Crema de guisantes					Crema de zanahoria		Crema de guisantes	
	2º p	Jamoncito 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 o 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	
15	1er p	Macarrones "sin gluten" con tomate y albahaca								
	2º p	Abadejo al horno con JUDÍAS VERDES ECO (con ajo y perejil)					Abadejo al horno con guarnición de verduras (con ajo y perejil)		Abadejo al horno con JUDÍAS VERDES ECO (con ajo y perejil)	Magro con ajetes
18	1er p	Lentejas con arroz (con hortalizas)					Hervido valenciano (sin judías verdes)		Lentejas con arroz (con hortalizas)	
	2º p	Merluza rebozada casera (con harina de maíz)								Lomo rustido
19	1er p	Ensalada variada (lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún y olivas)								Ensalada variada (sin atún)
	2º p	Macarrones "sin gluten" salteados con pollo (con tomate)								
20	1er p	Arroz a banda (con merluza, calamar, gamba y mejillón)							Arroz con setas	
	2º p	Tortilla de calabacín				Muslo de pollo al horno		Tortilla de calabacín		
21	1er p	Sopa de ave con fideos "sin gluten"								
	2º p	Pechuga de pollo rebozada casera (con harina de maíz)								
22	1er p	Crema de garbanzos (con hortalizas)					Crema de patata y zanahoria		Crema de garbanzos (con hortalizas)	
	2º p	Pizza de jamón serrano "sin gluten" (con tomate)(sin queso)	Pizza de jamón serrano (con tomate)(sin queso)							
25	1er p	Macarrones "sin gluten" napolitana (con tomate y hortalizas)(sin queso)								
	2º p	Abadejo rebozado casero (con harina de maíz)								Muslo de pollo asado
26	1er p	Alubias de la huerta (con hortalizas)					Hervido valenciano (sin judías verdes)		Alubias de la huerta (con hortalizas)	
	2º p	Lomo en salsa (al horno con salsa de hortalizas)								
27	1er p	Paella de verduras								
	2º p	Merluza SOSTENIBLE a la gallega con ZANAHORIA ECO (al horno con salsa de hortalizas)								Magro con hortalizas
28	1er p	Puré de patata (sin queso)								
	2º p	Tiras de pollo salteadas con pan de molde "sin gluten" (con pimiento tricolor y hortalizas)	Fajitas de pollo (con pimiento tricolor, hortalizas y tortitas de trigo)							
29	1er p	Potaje de lentejas (con hortalizas)					Hervido valenciano (sin judías verdes)		Potaje de lentejas (con hortalizas)	
	2º p	Tortilla de patata				Jamón serrano y queso		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 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.