

**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                            |  |
|-----|--------|---|--|--------------------------------------|--|--------------------------------------|---|---|---------------------------------------|--|
| 7   | 1er p  | Macarrones "sin gluten" italiana (con tomate)(sin queso)                                |  |                                      |  |                                      |   |   |                                       |  |
|     | 2º p   | Pechuga de pollo rebozada casera (con harina de maíz)                                   |  |                                      |  |                                      |   |   |                                       |  |
| 8   | 1er p  | Ensalada completa con piña, queso y huevo (con lechuga, tomate y zanahoria)             |  | <i>Ensalada completa (sin queso)</i> |  | <i>Ensalada completa (sin huevo)</i> |   | Ensalada completa con piña, queso y huevo (con lechuga, tomate y zanahoria) |                                       |  |
|     | 2º p   | Arroz con pollo   |  |                                      |  |                                      |   |   |                                       |  |
| 9   | 1er p  | Crema de zanahoria  |  |                                      |  |                                      |   |   |                                       |  |
|     | 2º p   | Albóndigas en salsa (carne de cerdo al horno con salsa de hortalizas)                   | <i>Salteado de magro en salsa (al horno con salsa de hortalizas)</i> |                                      |  |                                      |   |   |                                       |  |
| 10  | 1er p  | Lentejas con verduras   |  |                                      |  |                                      | <i>Hervido valenciano (sin judías verdes)</i> |   | Lentejas con verduras                 |  |
|     | 2º p   | Tortilla española (con patata y cebolla)  |  |                                      |  | <i>Jamón serrano y queso</i>         |   | Tortilla española (con patata y cebolla)                                    |                                       |  |
| 13  | 1er p  | Macarrones "sin gluten" con tomate y <b>CALABACÍN ECO</b>                               |  |                                      |  |                                      |   |   |                                       |  |
|     | 2º p   | Merluza rebozada casera (con harina de maíz)  |  |                                      |  |                                      |   |   | <i>Pechuga de pollo en su jugo</i>    |  |
| 14  | 1er p  | Alubias de la huerta (con hortalizas)   |  |                                      |  |                                      | <i>Hervido valenciano (sin judías verdes)</i> |   | Alubias de la huerta (con hortalizas) |  |
|     | 2º p   | Revuelto de calabacín y queso   |  |                                      | <i>Revuelto de calabacín</i>           |                                      | <i>Jamón serrano y queso</i>                  |   | Revuelto de calabacín y queso         |  |
| 15  | 1er p  | Sopa de pescado con fideos "sin gluten" (con merluza, calamar, gamba y mejillón)        |  |                                      |  |                                      |   | <i>Sopa de ave con fideos "sin gluten"</i>                                  |                                       |  |
|     | 2º p   | Muslo de pollo al chilindró con <b>ZANAHORIA ECO</b> (al horno con salsa de hortalizas) |  |                                      |  |                                      |   |   |                                       |  |
| 16  | 1er p  | Arroz meloso con verduras   |  |                                      |  |                                      |   |   |                                       |  |
|     | 2º p   | Abadejo al horno  |  |                                      |  |                                      |   |   | <i>Magro con hortalizas</i>           |  |
| 17  | 1er p  | Crema de guisantes  |  |                                      |  |                                      | <i>Crema de patata</i>                        |   | Crema de guisantes                    |  |
|     | 2º p   | Longanizas con pisto (carne de cerdo al horno con tomate y hortalizas)                  | <i>Lomo con pisto (al horno con tomate y hortalizas)</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<sup>(1)</sup>:**

| DÍA       | PLATOS | CELIACO  | AL.FRUTOS SECOS/CAHAUETE                                   | AL.SOJA | AL.LECHE Y DERIVADOS (INCLUYE LACTOSA) | AL.HUEVO                             | AL. LEGUMBRES (INCLUYE SOJA)  | AL.MARISCO-MOLUSCOS                   | AL.PESCADO   |                         |
|-----------|--------|--|--|---------|--|--------------------------------------|---|---------------------------------------|--|-------------------------|
| <b>20</b> | 1er p  | Lentejas con arroz (con hortalizas)  |  |         |  |                                      | <i>Hervido valenciano (sin judías verdes)</i>   |                                       | Lentejas con arroz (con hortalizas)  |                         |
|           | 2º p   | Abadejo rebozado casero (con harina de maíz)   |  |         |  |                                      |   |                                       | <i>Pechuga de pollo a la plancha</i>   |                         |
| <b>21</b> | 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)                                   |  |         |  |                                      |   |                                       |  |                         |
| <b>22</b> | 1er p  | Crema mediterránea (con hortalizas)  |  |         |  |                                      |   |                                       |  |                         |
|           | 2º p   | Lomo al horno  |  |         |  |                                      |   |                                       |  |                         |
| <b>23</b> | 1er p  | Garbanzos a la jardinera (con hortalizas)  |  |         |  |                                      | <i>Hervido valenciano (sin judías verdes)</i>   |                                       | Garbanzos a la jardinera (con hortalizas)  |                         |
|           | 2º p   | Tortilla francesa con loncha de queso  |  |         | <i>Tortilla francesa</i>               | <i>Jamón serrano y queso</i>         |   | Tortilla francesa con loncha de queso |  |                         |
| <b>24</b> | 1er p  | Arroz caldoso con pavo   |  |         |  |                                      |   |                                       |  |                         |
|           | 2º p   | Merluza SOSTENIBLE en salsa mery con <b>JUDÍAS VERDES ECO</b> (al horno con ajo y perejil) |  |         |  |                                      | <i>Merluza SOSTENIBLE en salsa mery con guarnición de verduras (al horno con ajo y perejil)</i> |                                       | Merluza SOSTENIBLE en salsa mery con <b>JUDÍAS VERDES ECO</b> (al horno con ajo y perejil) | <i>Magro con ajetes</i> |
| <b>27</b> | 1er p  | Sopa de ave con fideos "sin gluten"  |  |         |  |                                      |   |                                       |  |                         |
|           | 2º p   | Hamburguesa de ave en salsa de <b>CEBOLLA ECO</b> (al horno)                               | <i>Pechuga de pollo en salsa de CEBOLLA ECO (al horno)</i> |         |  |                                      |   |                                       |  |                         |
| <b>28</b> | 1er p  | Arroz a la cubana (con tomate)   |  |         |  |                                      |   |                                       |  |                         |
|           | 2º p   | Abadejo rebozado casero (con harina de maíz)   |  |         |  |                                      |   |                                       | <i>Lomo rustido</i>  |                         |
| <b>29</b> | 1er p  | Crema de garbanzos (con hortalizas)  |  |         |  |                                      | <i>Crema de patata</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>      |         |  |                                      |   |                                       |  |                         |
| <b>30</b> | 1er p  | Espaguetis "sin gluten" salteados con hortalizas (sin queso)                               |  |         |  |                                      |   |                                       |  |                         |
|           | 2º p   | Muslo de pollo al limón (al horno)   |  |         |  |                                      |   |                                       |  |                         |
| <b>31</b> | 1er p  | Fabada vegetal (con hortalizas)  |  |         |  |                                      | <i>Hervido valenciano (sin judías verdes)</i>   |                                       | Fabada vegetal (con hortalizas)  |                         |
|           | 2º p   | Tortilla de calabacín  |  |         |  | <i>Pechuga de pollo a la plancha</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.