



## MENÚ FEBRERO 2019

## VALENCIA Y CASTELLÓN AUTÓNOMA

|     |        | 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                    |
| 3   | 1er p  | Crema de brócoli                                                                                            |                                                                                              |         |                                        |                               |                                                                                                   |                                                                                              |                               |
|     | 2º p   | Albóndigas a la santanderina con <b>JUDÍAS VERDES ECO</b> (carne de cerdo al horno con salsa de hortalizas) | Salteado de magro a la santanderina con JUDÍAS VERDES ECO (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 JUDÍAS VERDES ECO (al horno con salsa de hortalizas) |                               |
| 4   | 1er p  | Lentejas con verduras                                                                                       |                                                                                              |         |                                        |                               | Hervido valenciano (sin judías verdes)                                                            | Lentejas con verduras                                                                        |                               |
|     | 2º p   | Abadejo rebozado casero (con harina de maíz)                                                                |                                                                                              |         |                                        |                               |                                                                                                   |                                                                                              | Pechuga de pollo al limón     |
| 5   | 1er p  | Ensalada completa (lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún, huevo duro y olivas)                             |                                                                                              |         |                                        | Ensalada completa (sin huevo) | Ensalada completa (lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún, huevo duro y olivas)                   |                                                                                              | Ensalada completa (sin atún)  |
|     | 2º p   | Arroz con pollo                                                                                             |                                                                                              |         |                                        |                               |                                                                                                   |                                                                                              |                               |
| 6   | 1er p  | Macarrones "sin gluten" con tomate y champiñón                                                              |                                                                                              |         |                                        |                               |                                                                                                   |                                                                                              |                               |
|     | 2º p   | Merluza <b>SOSTENIBLE</b> al horno con ajo y perejil                                                        |                                                                                              |         |                                        |                               |                                                                                                   |                                                                                              | Muslo de pollo al horno       |
| 7   | 1er p  | Garbanzos campesinos (con hortalizas)                                                                       |                                                                                              |         |                                        |                               | Hervido valenciano (sin judías verdes)                                                            | Garbanzos campesinos (con hortalizas)                                                        |                               |
|     | 2º p   | Tortilla española (con patata y cebolla)                                                                    |                                                                                              |         |                                        | Jamón serrano y queso         | Tortilla española (con patata y cebolla)                                                          |                                                                                              |                               |
| 10  | 1er p  | Sopa de ave con fideos "sin gluten"                                                                         |                                                                                              |         |                                        |                               |                                                                                                   |                                                                                              |                               |
|     | 2º p   | Lomo en salsa con <b>ZANAHORIA ECO</b> (al horno con salsa de hortalizas)                                   |                                                                                              |         |                                        |                               |                                                                                                   |                                                                                              |                               |
| 11  | 1er p  | Alubias a la jardinera (con hortalizas)                                                                     |                                                                                              |         |                                        |                               | Hervido valenciano (sin judías verdes)                                                            | Alubias a la jardinera (con hortalizas)                                                      |                               |
|     | 2º p   | Abadejo rebozado casero (con harina de maíz)                                                                |                                                                                              |         |                                        |                               |                                                                                                   |                                                                                              | Pechuga de pollo a la plancha |
| 12  | 1er p  | Arroz con setas                                                                                             |                                                                                              |         |                                        |                               |                                                                                                   |                                                                                              |                               |
|     | 2º p   | Tortilla de patata                                                                                          |                                                                                              |         |                                        | Jamón serrano y queso         | Tortilla de patata                                                                                |                                                                                              |                               |
| 13  | 1er p  | Espaguetis "sin gluten" napolitana (con tomate y hortalizas)(sin queso)                                     |                                                                                              |         |                                        |                               |                                                                                                   |                                                                                              |                               |
|     | 2º p   | Merluza en salsa de puerros (al horno)                                                                      |                                                                                              |         |                                        |                               |                                                                                                   |                                                                                              | Magro con hortalizas          |
| 14  | 1er p  | Crema de guisantes                                                                                          |                                                                                              |         |                                        |                               | Crema de zanahoria                                                                                | Crema de guisantes                                                                           |                               |
|     | 2º p   | Muslo de pollo rustido                                                                                      |                                                                                              |         |                                        |                               |                                                                                                   |                                                                                              |                               |

(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.



## MENÚ FEBRERO 2019

## VALENCIA Y CASTELLÓN AUTÓNOMA

|     |        | 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                       |
| 17  | 1er p  | Lentejas con arroz (con hortalizas)                                                 |                                                |         |                                        |                                   | Hervido valenciano (sin judías verdes)                                              | Lentejas con arroz (con hortalizas)                       |                                  |
|     | 2º p   | Abadejo rebozado casero (con harina de maíz)                                        |                                                |         |                                        |                                   |                                                                                     |                                                           | Lomo asado                       |
| 18  | 1er p  | Ensalada mediterránea (lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún, huevo duro y olivas) |                                                |         |                                        | Ensalada mediterránea (sin huevo) | Ensalada mediterránea (lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún, huevo duro y olivas) |                                                           | Ensalada mediterránea (sin atún) |
|     | 2º p   | Macarrones "sin gluten salteados con pollo (con tomate)                             |                                                |         |                                        |                                   |                                                                                     |                                                           |                                  |
| 19  | 1er p  | Crema de patata y puerro (sin picatostes caseros)                                   |                                                |         |                                        |                                   |                                                                                     |                                                           |                                  |
|     | 2º p   | Pechuga de pollo rebozada casera (con harina de maíz)                               |                                                |         |                                        |                                   |                                                                                     |                                                           |                                  |
| 20  | 1er p  | Garbanzos de la huerta con ZANAHORIA ECO (con hortalizas)                           |                                                |         |                                        |                                   | Hervido valenciano (sin judías verdes)                                              | Garbanzos de la huerta con ZANAHORIA ECO (con hortalizas) |                                  |
|     | 2º p   | Pizza de jamón serrano "sin gluten" (con tomate)(sin queso)                         | Pizza de jamón serrano (con tomate)(sin queso) |         |                                        |                                   |                                                                                     |                                                           |                                  |
| 21  | 1er p  | Arroz a la cubana (con tomate)                                                      |                                                |         |                                        |                                   |                                                                                     |                                                           |                                  |
|     | 2º p   | Tortilla francesa                                                                   |                                                |         |                                        | Muslo de pollo al horno           | Tortilla francesa                                                                   |                                                           |                                  |
| 24  | 1er p  | Sopa de ave con fideos "sin gluten"                                                 |                                                |         |                                        |                                   |                                                                                     |                                                           |                                  |
|     | 2º p   | Longanizas en salsa de CEBOLLA ECO (carne de cerdo al horno)                        | Lomo en salsa de CEBOLLA ECO (al horno)        |         |                                        |                                   |                                                                                     |                                                           |                                  |
| 25  | 1er p  | Alubias con verduras                                                                |                                                |         |                                        |                                   | Hervido valenciano (sin judías verdes)                                              | Alubias con verduras                                      |                                  |
|     | 2º p   | Huevos revueltos con CALABACÍN ECO y cebolla                                        |                                                |         |                                        | Jamón serrano y queso             | Huevos revueltos con CALABACÍN ECO y cebolla                                        |                                                           |                                  |
| 26  | 1er p  | Macarrones "sin gluten" con tomate y albahaca                                       |                                                |         |                                        |                                   |                                                                                     |                                                           |                                  |
|     | 2º p   | Merluza rebozada casera con patatas fritas caseras (con harina de maíz)             |                                                |         |                                        |                                   |                                                                                     |                                                           | Pechuga de pollo en su jugo      |
| 27  | 1er p  | Lentejas a la jardinera (con hortalizas)                                            |                                                |         |                                        |                                   | Crema de zanahoria                                                                  | Lentejas a la jardinera (con hortalizas)                  |                                  |
|     | 2º p   | Alitas de pollo a la miel (al horno)                                                |                                                |         |                                        |                                   |                                                                                     |                                                           |                                  |
| 28  | 1er p  | Arroz caldoso con alcachofas y verduras                                             |                                                |         |                                        |                                   |                                                                                     |                                                           |                                  |
|     | 2º p   | Abadejo en salsa mery (al horno con ajo y perejil)                                  |                                                |         |                                        |                                   |                                                                                     |                                                           | Magro con ajetes                 |

(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.