



		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
1	1er p	Día no lectivo							
	2º p								
2	1er p	Día no lectivo							
	2º p								
3	1er p	Día no lectivo							
	2º p								
4	1er p	Día no lectivo							
	2º p								
7	1er p	Día no lectivo							
	2º p								
8	1er p	Día no lectivo							
	2º p								
9	1er p	Día no lectivo							
	2º p								
10	1er p	Guisado de patatas con pescado (con calamar, merluza y gamba)						<i>Guisado de patatas con verduras</i>	
	2º p	Lomo al horno con judías verdes					<i>Lomo al horno con hortalizas</i>	Lomo al horno con judías verdes	
11	1er p	Sopa de ave con fideos							
	2º p	Muslo de pollo a las hierbas provenzales con zanahoria baby (al horno)							
14	1er p	Lentejas a la jardinera (con hortalizas)					<i>Hervido (con patata, zanahoria y cebolla)</i>	Lentejas a la jardinera (con hortalizas)	
	2º p	Lomo rustido con patatas asadas							
15	1er p	Espaguetis con tomate y calabacín							
	2º p	Filete de bacalao al horno							<i>Muslo de pollo al horno</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: La base de pizza “sin gluten” 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,...), la base de pizza será sustituida por el cárnico indicado para la alergia combinada.



		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
16	1er p	Crema de patata y puerro (sin picatostes)							
	2º p	Salteado de magro con ajetes							
17	1er p	Arroz con tomate							
	2º p	Tortilla jamón serrano				Pechuga de pollo a la plancha		Tortilla jamón serrano	
18	1er p	Garbanzos con verduras					Hervido (con patata, zanahoria y cebolla)		Garbanzos con verduras
	2º p	Merluza al limón							
21	1er p	Sopa de ave con fideos							
	2º p	Lomo en salsa española con guisantes (al horno con salsa de hortalizas)					Lomo en salsa española (al horno con salsa de hortalizas)		Lomo en salsa española con guisantes (al horno con salsa de hortalizas)
22	1er p	Guisado de patatas con ternera			Guisado de patatas con verduras		Guisado de patatas con ternera		
	2º p	Merluza en salsa verde (al horno con ajo y perejil)							Muslo de pollo asado
23	1er p	Fideos a la cazuela de pescado (con merluza, calamar y gamba)						Fideos a la cazuela de verduras	
	2º p	Tortilla francesa				Magro con tomate		Tortilla francesa	
24	1er p	Alubias con verduras					Hervido (con patata, zanahoria y cebolla)		Alubias con verduras
	2º p	Pizza de atún sin gluten (con tomate, sin queso)	Pizza vegetal (con tomate, sin queso)						
25	1er p	Arroz con magro							
	2º p	Filete de bacalao al vapor							Pechuga de pollo al limón
28	1er p	Crema de zanahoria (sin queso)							
	2º p	Pechuga de pollo en su jugo							
29	1er p	Macarrones con tomate y champiñón							
	2º p	Merluza a la vasca (al horno con espárragos y guisantes)					Merluza al caldo corto		Merluza a la vasca (al horno con espárragos y guisantes)
30	1er p	Arroz con pescado (con calamar, merluza y gamba)						Arroz con coliflor y ajetes	
	2º p	Salteado de magro con verduras							

(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: La base de pizza "sin gluten" 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,...), la base de pizza será sustituida por el cárnico indicado para la alergia combinada.

