



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	Crema de zanahoria								
	2º p	Muslo de pollo a la santanderina con judías verdes (al horno con salsa de hortalizas)					Muslo de pollo a la santanderina con guarnición de verduras (al horno con salsa de hortalizas)		Muslo de pollo a la santanderina con judías verdes (al horno con salsa de hortalizas)	
4	1er p	Macarrones "sin gluten" napolitana (con tomate y hortalizas)(sin queso)								
	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)	Pechuga de pavo en su jugo
5	1er p	Arroz con verduras								
	2º p	Lomo a las hierbas provenzales con zanahoria (al horno)								
6	1er p	Guisado de patatas con pollo								
	2º p	Filete de abadejo al horno								
7	1er p	Lentejas con verduras					Hervido (patata, zanahoria y cebolla)		Lentejas con verduras	
	2º p	Tortilla de patata				Pechuga de pollo al limón		Tortilla de patata		
10	1er p	Macarrones "sin gluten" italiana (con tomate) (sin queso)								
	2º p	Filete de abadejo al vapor								
11	1er p	Vichyssoise (crema de patata y puerro)								
	2º p	Pechuga de pollo con pisto (al horno con tomate y hortalizas)								
12	1er p	Alubias a la jardinera (con hortalizas)					Hervido (patata, zanahoria y cebolla)		Alubias a la jardinera (con hortalizas)	
	2º p	Tortilla española (con patata y cebolla)				Lomo al horno		Tortilla española (con patata y cebolla)		
13	1er p	Arroz con magro y verduras								
	2º p	Pechuga de pavo en su jugo								
14	1er p	Sopa de pescado con fideos "sin gluten" (con merluza, calamar, gamba y mejillón)							Sopa de ave con fideos "sin gluten"	
	2º p	Muslo de pollo asado con champiñón								

(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: En el caso de celíacos en combinación con otras alergias, para las cuales la base de pizza "sin gluten" NO es APTA (ejemplo, celiaco y alérgico a la soja), será sustituida por un cárnico 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	
17	1er p	Lentejas con verduras					Crema de zanahoria		Lentejas con verduras	
	2º p	Lomo en salsa de cebolla (al horno)								
18	1er p	Arroz con pollo y verduras								
	2º p	Merluza al caldo corto								Magro con hortalizas
19	1er p	Garbanzos a la jardinera (con hortalizas)					Hervido (patata, zanahoria y cebolla)		Garbanzos a la jardinera (con hortalizas)	
	2º p	Tortilla de patata y calabacín				Muslo de pollo asado		Tortilla de patata y calabacín		
20	1er p	Crema de verduras naturales (sin queso)								
	2º p	Pizza de atún "sin gluten" (con tomate, sin queso)	Pizza vegetal (con tomate, sin queso)							
21	1er p	Macarrones "sin gluten" con atún								Macarrones "sin gluten" salteados con hortalizas
	2º p	Pechuga de pollo al limón								
24	1er p	Guisado de patatas con pavo								
	2º p	Lomo al horno con guisantes					Lomo al horno con guarnición de verduras		Lomo al horno con guisantes	
25	1er p	Espaguetis "sin gluten" con tomate y calabacín								
	2º p	Merluza en salsa mery (al horno con ajo y perejil)								Pechuga de pollo a la plancha
26	1er p	Alubias con verduras					Hervido (patata, zanahoria y cebolla)		Alubias con verduras	
	2º p	Tortilla de patata				Magro con ajetes		Tortilla de patata		
27	1er p	Sopa de ave con fideos "sin gluten"								
	2º p	Muslo de pollo a la cazadora con patatas fritas caseras (al horno con pimiento y champiñón)								
28	1er p	Arroz con tomate								
	2º p	Filete de abadejo al limón								Pechuga de pavo al limón

(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: En el caso de celíacos en combinación con otras alergias, para las cuales la base de pizza "sin gluten" NO es APTA (ejemplo, celiaco y alérgico a la soja), será sustituida por un cárnico libre de alérgenos.