

		ALERGIAS/INTOLERANCIAS ALIMENTARIAS MÁS COMUNES EN LA POBLACIÓN ⁽¹⁾ :							
DÍA	PLATOS	CELIACO/SOJA	AL.FRUTOS SECOS/CACAHUETE/SOJA	AL.LECHE Y DERIVADOS (INCLUYE LACTOSA)	AL.HUEVO	AL. LEGUMBRES (INCLUYE SOJA)	AL.MARISCO-MOLUSCOS	AL.PESCADO	
1 FESTIVO	1er p	<i>Macarrones "sin gluten" salteados con tomate</i>		Macarrones salteados con tomate					
	2º p	Estofado de pavo con hortalizas salteadas (con patata, zanahoria, pimiento y tomate)							
2	1er p	Ensalada de la huerta (con lechuga, tomate, zanahoria y maíz)							
	2º p	Alubias con verduras ecológicas* (con patata, zanahoria, pimiento, cebolla y tomate)				<i>Magro de cerdo con hortalizas (con zanahoria, cebolla y tomate)</i>		Alubias con verduras ecológicas* (con patata, zanahoria, pimiento, cebolla y tomate)	
3	1er p	Cazuela de arroz con ternera ecológica*		<i>Cazuela de arroz con verduras</i>		Cazuela de arroz con ternera ecológica*			
	2º p	Merluza al ajo y perejil con verduras rehogadas							<i>Lomo asado con verduras rehogadas</i>
6	1er p	Crema de patata y zanahoria ecológica*							
	2º p	<i>Pechuga de pollo en su jugo con verduras salteadas (con zanahoria, calabacín, pimiento y cebolla)</i>		Hamburguesa de pollo lionesa con verduras salteadas (al horno con salsa de cebolla; y zanahoria, calabacín, pimiento y cebolla)		<i>Pechuga de pollo en su jugo con verduras salteadas (con zanahoria, calabacín, pimiento y cebolla)</i>		Hamburguesa de pollo lionesa con verduras salteadas (al horno con salsa de cebolla; y zanahoria, calabacín, pimiento y cebolla)	
7	1er p	<i>Ensalada de macarrones "sin gluten" (con maíz y huevo cocido)</i>		<i>Ensalada de pasta ecológica* (con maíz, guisantes y huevo cocido)</i>	<i>Ensalada de pasta ecológica* (con maíz, guisantes y jamón york)</i>	<i>Ensalada de macarrones "sin gluten" (con maíz y huevo cocido)</i>	Ensalada de pasta ecológica* (con maíz, guisantes, huevo cocido y jamón de york)		
	2º p	Abadejo a la rondeña con ensalada (al horno con pimiento, puerro, cebolla y tomate; y ensalada de lechuga y maíz)							<i>Lomo al horno</i>
8	1er p	Arroz con tomate							
	2º p	Tortilla de patata y cebolla con ensalada (de lechuga y lombarda)			<i>Muslo de pollo rustido</i>		Tortilla de patata y cebolla con ensalada (de lechuga y lombarda)		
9	1er p	<i>Sopa con fideos "sin gluten" (con carcasa de pollo, puerro, zanahoria y patata)</i>		Sopa con estrellitas (con carcasa de pollo, puerro, zanahoria y patata)	<i>Sopa con fideos "sin gluten" (con carcasa de pollo, puerro, zanahoria y patata)</i>		Sopa con estrellitas (con carcasa de pollo, puerro, zanahoria y patata)		
	2º p	Guisado de atún con verduras (con patata, zanahoria, judía verde, coliflor, guisante, cebolla y tomate)							<i>Magro de cerdo con ajetes</i>
10	1er p	Ensalada completa (con lechuga, tomate, zanahoria y pepino)							
	2º p	Garbanzos jardinera ecológicos* (con patata, zanahoria, espinaca, pimiento y tomate)				<i>Pechuga de pavo a la plancha</i>		Garbanzos jardinera ecológicos* (con patata, zanahoria, espinaca, pimiento y tomate)	
13	1er p	Lentejas con hortalizas ecológicas* (con patata, zanahoria, calabacín y tomate)				<i>Hervido (con patata, zanahoria y cebolla)</i>		Lentejas con hortalizas ecológicas* (con patata, zanahoria, calabacín y tomate)	
	2º p	Pisto de verduras con patata y huevo (con calabacín, berenjena, cebolla, pimiento y tomate)			<i>Pechuga de pollo al limón con patata dado</i>		Pisto de verduras con patata y huevo (con calabacín, berenjena, cebolla, pimiento y tomate)		
14	1er p	Crema de verduras naturales ecológica* (con patata, zanahoria y calabacín)							
	2º p	Salchichas de pavo con hortalizas y arroz (al horno con pimiento y maíz)				<i>Pechuga de pavo en su jugo</i>		Salchichas de pavo con hortalizas y arroz (al horno con pimiento y maíz)	
15	1er p	Ensalada de la Huerta (con lechuga, tomate, zanahoria y maíz)							
	2º p	Alubias con verduras ecológicas* (con patata, zanahoria, pimiento, cebolla y tomate)				<i>Lomo al horno</i>		Alubias con verduras ecológicas* (con patata, zanahoria, pimiento, cebolla y tomate)	
16	1er p	Paella mixta ecológica* (con ternera, cebolla, zanahoria, pimiento y tomate)		<i>Paella de verduras (con cebolla, zanahoria, pimiento y tomate)</i>		Paella mixta ecológica* (con ternera, cebolla, zanahoria, pimiento y tomate)			
	2º p	Tortilla de patata y calabacín con ensalada (de lechuga y zanahoria)				<i>Muslo de pollo asado</i>		Tortilla de patata y calabacín con ensalada (de lechuga y zanahoria)	

(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 (1er plato, 2º plato, guarnición, 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 alergias combinadas con alergia a la SOJA, los derivados cárnicos "albóndigas" y "hamburguesas" NO son APTOS. Dichos productos serán sustituidos por un cárnico libre de alérgenos.

*PLATOS 100% ECOLÓGICOS

ALERGIAS/INTOLERANCIAS ALIMENTARIAS MÁS COMUNES EN LA POBLACIÓN ⁽¹⁾ :										
DÍA	PLATOS	CELIACO/SOJA	AL.FRUTOS SECOS/CACAHUETE/SOJA	AL.LECHE Y DERIVADOS (INCLUYE LACTOSA)	AL.HUEVO	AL. LEGUMBRES (INCLUYE SOJA)	AL.MARISCO-MOLUSCOS	AL.PESCADO		
17	1er p	Ensalada de macarrones "sin gluten" (con maíz, pimiento, huevo cocido y atún)		Ensalada de pasta ecológica* (con maíz, pimiento, huevo cocido y atún)	Ensalada de pasta ecológica* (con maíz, pimiento y atún)	Ensalada de macarrones "sin gluten" (con maíz, pimiento, huevo cocido y atún)	Ensalada de pasta ecológica* (con maíz, pimiento, huevo cocido y atún)	Ensalada de pasta ecológica* (con maíz, pimiento, huevo cocido)		
	2º p	Merluza en salsa con ensalada (al horno con pimiento, cebolla, puerro y tomate; y ensalada de lechuga y tomate)							Magro de cerdo con hortalizas (con zanahoria, cebolla y tomate)	
20	1er p	Crema de patata y puerro ecológica* (con patata, puerro y zanahoria)								
	2º p	Pechuga de pollo en su jugo con ensalada (de lechuga y lombarda)		Albóndigas de cerdo a la andaluza con ensalada (con cebolla, puerro y pimiento; y ensalada de lechuga y lombarda)		Pechuga de pollo en su jugo con ensalada (de lechuga y lombarda)		Albóndigas de cerdo a la andaluza con ensalada (con cebolla, puerro y pimiento; y ensalada de lechuga y lombarda)		
21	1er p	Puchero andaluz (con patata, garbanzos, arroz y caldo con carcasas de pollo, puerro y zanahoria)				Puchero andaluz (sin garbanzos)		Puchero andaluz (con patata, garbanzos, arroz y caldo con carcasas de pollo, puerro y zanahoria)		
	2º p	Fogonero al horno con zanahoria (con cebolla, ajo y perejil)							Magro de cerdo con ajetes	
22	1er p	Arroz con tomate								
	2º p	Tortilla francesa con ensalada (de lechuga y maíz)			Pechuga de pavo al limón		Tortilla francesa con ensalada (de lechuga y maíz)			
23	1er p	Ensalada completa con remolacha (con lechuga, tomate, zanahoria y remolacha)								
	2º p	Garbanzos jardinera ecológicos* (con patata, zanahoria, espinaca, pimiento y tomate)				Lomo rustido		Garbanzos jardinera ecológicos* (con patata, zanahoria, espinaca, pimiento y tomate)		
24	1er p	Espaguetis "sin gluten" salteados con tomate		Espaguetis salteados con tomate						
	2º p	Dados de salmón en su jugo con verduras salteadas (con zanahoria y cebolla)						Muslo de pollo rustido con verduras salteadas (con zanahoria y cebolla)		
27	1er p	Lentejas con verduras ecológicas* (con patata, zanahoria, pimiento, cebolla y tomate)				Crema de patata ecológica*		Lentejas con verduras ecológicas* (con patata, zanahoria, pimiento, cebolla y tomate)		
	2º p	Abadejo con guarnición de verdura primavera (al horno con cebolla, pimiento, puerro y patata)							Pechuga de pollo a la plancha con guarnición de verdura primavera (con cebolla, pimiento, puerro y patata)	
28	1er p	Ensalada de macarrones "sin gluten" (con maíz)		Ensalada de pasta ecológica* (con maíz, guisantes)		Ensalada de pasta ecológica* (con maíz, guisantes y jamón york)		Ensalada de pasta ecológica* (con maíz, guisantes y jamón york)		
	2º p	Tortilla de patata y cebolla con ensalada (de lechuga y zanahoria)			Pechuga de pavo al limón		Tortilla de patata y cebolla con ensalada (de lechuga y zanahoria)			
29	1er p	Cazuela de arroz con ternera ecológica* (con zanahoria, cebolla, pimiento y tomate)		Cazuela de arroz con verduras (con zanahoria, cebolla, pimiento y tomate)		Cazuela de arroz con ternera ecológica* (con zanahoria, cebolla, pimiento y tomate)				
	2º p	Filete de palometa a la riojana con ensalada (al horno con pimiento, puerro, cebolla y tomate; y ensalada de lechuga y tomate)							Magro de cerdo con hortalizas (con zanahoria, cebolla y tomate)	
30	1er p	Crema de zanahoria ecológica* (con patata y zanahoria)								
	2º p	Contramuslo de pollo con pisto asado (con calabacín, berenjena, cebolla, pimiento y tomate)								
31	1er p	Ensalada completa con pepino y huevo (con lechuga, tomate, zanahoria, pepino y huevo cocido)			Ensalada completa con pepino (con lechuga, tomate, zanahoria y pepino)		Ensalada completa con pepino y huevo (con lechuga, tomate, zanahoria, pepino y huevo cocido)			
	2º p	Alubias con hortalizas ecológicas* (con patata, zanahoria, calabacín y tomate)				Lomo asado		Alubias con hortalizas ecológicas* (con patata, zanahoria, calabacín y tomate)		

(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 (1er plato, 2º plato, guarnición, 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 alergias combinadas con alergia a la SOJA, los derivados cárnicos "albóndigas" y "hamburguesas" NO son APTOS. Dichos productos serán sustituidos por un cárnico libre de alérgenos.

*PLATOS 100% ECOLÓGICOS