

		ALERGIAS/INTOLERANCIAS ALIMENTARIAS MÁS COMUNES EN LA POBLACIÓN <sup>(1)</sup> :							
DÍA	PLATOS	CELIACO	AL.FRUTOS SECOS/CACAHUETE/SOJA	AL.LECHE Y DERIVADOS (INCLUYE LACTOSA)	AL.HUEVO	AL. LEGUMBRES (INCLUYE SOJA)	AL.MARISCO-MOLUSCOS	AL.PESCADO	
9	1er p	Sopa con fideos "sin gluten" (con carcasa de pollo, patata y puerro)		Sopa con estrellas ecológica* (con carcasa de pollo, patata y puerro)		Sopa con fideos "sin gluten" (con carcasa de pollo, patata y puerro)	Sopa con estrellas ecológica* (con carcasa de pollo, patata y puerro)		
	2º p	Atún en salsa con guarnición de verduras rehogadas (guisado con patata, pimiento, cebolla y tomate)							Pechuga de pavo al limón
10	1er p	Crema de calabacín ecológica* (con patata y calabacín)							
	2º p	Jamoncito de pollo asado con ensalada (de lechuga y maíz)							
11	1er p	Arroz con tomate							
	2º p	Tortilla de patata y cebolla con ensalada (de lechuga y lombarda)			Muslo de pollo rustido	Tortilla de patata y cebolla con ensalada (de lechuga y lombarda)			
12	1er p	Alubias con verduras ecológicas* (con patata, zanahoria, pimiento, cebolla y tomate)				Crema de patata y zanahoria	Alubias con verduras ecológicas* (con patata, zanahoria, pimiento, cebolla y tomate)		
	2º p	Abadejo al horno con verduras salteadas (con cebolla, zanahoria, calabacín, ajo y perejil)							Lomo al horno
13	1er p	Ensalada completa (con lechuga, tomate, zanahoria, pepino y huevo cocido)			Ensalada completa (con lechuga, tomate, zanahoria, pepino)	Ensalada completa (con lechuga, tomate, zanahoria, pepino y huevo cocido)			
	2º p	Macarrones "sin gluten" hervidos	Macarrones ecológicos* hervidos						
16	1er p	Arroz a la campesina ecológico* (con zanahoria, cebolla, pimiento y tomate)							
	2º p	Tortilla de patata y calabacín con ensalada (de lechuga y tomate)			Pechuga de pollo a la plancha	Tortilla de patata y calabacín con ensalada (de lechuga y tomate)			
17	1er p	Crema de verduras naturales ecológica* (con patata, zanahoria y calabacín)							
	2º p	Merluza al ajo y perejil con verduras salteadas (al horno con cebolla, calabacín y zanahoria)							Muslo de pollo al horno con verduras salteadas
18	1er p	Ensalada de la huerta (con lechuga, tomate, zanahoria, maíz y atún)							Ensalada de la huerta (con lechuga, tomate, zanahoria y maíz)
	2º p	Lentejas con hortalizas ecológicas* (con patata, zanahoria, calabacín y tomate)				Lomo asado	Lentejas con hortalizas ecológicas* (con patata, zanahoria, calabacín y tomate)		

(1) Se incluye en este grupo el apio, mostaza, sésamo, anhídrido sulfuroso y sulfitos, altramucos 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 <sup>(1)</sup> :							
DÍA	PLATOS	CELIACO	AL.FRUTOS SECOS/CACAHUETE/SOJA	AL.LECHE Y DERIVADOS (INCLUYE LACTOSA)	AL.HUEVO	AL. LEGUMBRES (INCLUYE SOJA)	AL.MARISCO-MOLUSCOS	AL.PESCADO	
19	1er p	<b>Macarrones "sin gluten" hortelana (con zanahoria, tomate y pimienta)</b>		Espirales hortelana ecológicos* (con zanahoria, tomate y pimienta)		<b>Macarrones "sin gluten" hortelana (con zanahoria, tomate y pimienta)</b>	Espirales hortelana ecológicos* (con zanahoria, tomate y pimienta)		
	2º p	Tortilla francesa con ensalada (de lechuga y zanahoria)				<b>Pechuga de pavo al limón</b>	Tortilla francesa con ensalada (de lechuga y zanahoria)		
20	1er p	Garbanzos jardinera ecológicos* (con patata, zanahoria, pimienta y tomate)							
	2º p	Hamburguesa de pollo con estofado de pimienta y arroz (al horno con estofado de pimienta, maíz y arroz)	<b>Pechuga de pollo en su jugo con estofado de pimienta y arroz (con estofado de pimienta, maíz y arroz)</b>			Hamburguesa de pollo con estofado de pimienta y arroz (al horno con estofado de pimienta, maíz y arroz)	<b>Pechuga de pollo en su jugo con estofado de pimienta y arroz (con estofado de pimienta, maíz y arroz)</b>	Hamburguesa de pollo con estofado de pimienta y arroz (al horno con estofado de pimienta, maíz y arroz)	
23	1er p	Crema de patata							
	2º p	Salchichas de pollo encebolladas (al horno con rehogado de patata, cebolla, pimienta y tomate)	<b>Pechuga de pollo a la plancha</b>			Salchichas de pollo encebolladas (al horno con rehogado de patata, cebolla, pimienta y tomate)	<b>Pechuga de pollo a la plancha</b>	Salchichas de pollo encebolladas (al horno con rehogado de patata, cebolla, pimienta y tomate)	
24	1er p	Arroz con tomate							
	2º p	Fogonero al horno con zanahoria salteada (con zanahoria, cebolla y perejil)							<b>Lomo al horno</b>
25	1er p	Puchero andaluz ecológico* (con patata, garbanzos, zanahoria, arroz y caldo con carcasas de pollo, puerro y patata)				<b>Puchero andaluz ecológico* (sin garbanzos)</b>	Puchero andaluz ecológico* (con patata, garbanzos, arroz y caldo con carcasas de pollo, puerro y patata)		
	2º p	Tortilla de patata y cebolla con ensalada (de lechuga y maíz)				<b>Muslo de pollo asado</b>	Tortilla de patata y cebolla con ensalada (de lechuga y maíz)		
26	1er p	Ensalada variada (con lechuga, tomate, zanahoria, aceituna y huevo cocido)				<b>Ensalada completa (con lechuga, tomate, zanahoria y aceituna)</b>	Ensalada variada (con lechuga, tomate, zanahoria, aceituna y huevo cocido)		
	2º p	<b>Espaguetis "sin gluten" hervidos</b>	<b>Espaguetis ecológicos* hervidos</b>						
27	1er p	Alubias con hortalizas ecológicas* (con patata, zanahoria, calabacín y tomate)				<b>Crema de patata y zanahoria</b>	Alubias con hortalizas ecológicas* (con patata, zanahoria, calabacín y tomate)		
	2º p	Filete de perca rustida con ensalada (al horno; de lechuga y lombarda)						<b>Pechuga de pavo al limón con ensalada (de lechuga y lombarda)</b>	
30	1er p	<b>Macarrones "sin gluten" con verduras (con champiñón, zanahoria y pimienta)</b>	Macarrones con verduras ecológicos* (con champiñón, zanahoria y pimienta)						
	2º p	Abadejo en salsa mery con verduras rehogadas (al horno con cebolla, zanahoria, calabacín, ajo y perejil)						<b>Muslo de pollo al horno con verduras rehogadas</b>	

(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**