

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	
1	1er p	Macarrones "sin gluten" napolitana (con tomate y hortalizas)(sin queso)								
	2º p	Merluza en salsa mery con menestra de verduras (al horno con ajo y perejil)						<i>Filete de merluza en salsa mery con guarnición de verduras (al horno)</i>	Merluza en salsa mery con menestra de verduras (al horno con ajo y perejil)	<i>Muslo de pollo al horno</i>
4	1er p	Crema de calabacín								
	2º p	Hamburguesa de ave lionesa (al horno con salsa de cebolla)	<i>Pechuga de pollo en salsa de cebolla (al horno)</i>							
5	1er p	Garbanzos con verduras					<i>Hervido valenciano (sin judías verdes)</i>		Garbanzos con verduras	
	2º p	Tortilla española (con patata y cebolla)				<i>Jamón serrano y queso</i>		Tortilla española (con patata y cebolla)		
6	1er p	Espaguetis "sin gluten" con tomate y CHAMPIÑÓN ECO								
	2º p	Merluza rebozada casera (con harina de maíz)								
7	1er p	Alubias de la huerta (con hortalizas)					<i>Crema de patata y zanahoria</i>		Alubias de la huerta (con hortalizas)	
	2º p	Lomo en salsa con ZANAHORIA ECO (al horno con salsa de hortalizas)								
8	1er p	Ensalada variada (lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún, huevo duro,olivas y queso)		<i>Ensalada variada (sin queso)</i>		<i>Ensalada variada (sin huevo)</i>		Ensalada variada (lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún, huevo duro,olivas y queso)		<i>Ensalada variada (sin atún)</i>
	2º p	Arroz con pollo								
11	1er p	Lentejas con arroz (con hortalizas)					<i>Hervido valenciano (sin judías verdes)</i>		Lentejas con arroz (con hortalizas)	
	2º p	Merluza rebozada casera (con harina de maíz)								
12	1er p	Crema mediterránea (con hortalizas)								
	2º p	Muslo de pollo al horno con JUDÍAS VERDES ECO					<i>Muslo de pollo al horno con guarnición de verduras</i>		Muslo de pollo al horno con JUDÍAS VERDES ECO	
13	1er p	Macarrones "sin gluten" italiana (con tomate)(sin queso)								
	2º p	Abadejo a la gallega (al horno con salsa de hortalizas)							<i>Lomo rustido</i>	
14	1er p	Arroz caldoso con pescado (con merluza, calamar, gamba y mejillón)						<i>Arroz caldoso con verduras</i>		
	2º p	Tortilla de calabacín				<i>Pechuga de pollo en su jugo</i>		Tortilla de calabacín		

(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.

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	
15	1er p	Garbanzos a la jardinera (con hortalizas)					Crema de zanahoria		Garbanzos a la jardinera (con hortalizas)	
	2º p	Pizza de jamón serrano "sin gluten" (con tomate)(sin queso)	Pizza de jamón serrano (con tomate)(sin queso)							
18	1er p	Sopa de ave con fideos "sin gluten"								
	2º p	Longanizas con pisto (carne de cerdo al horno con tomate y hortalizas)	Lomo con pisto (al horno con tomate y hortalizas)							
19	1er p	Alubias con verduras					Hervido valenciano (sin judías verdes)		Alubias con verduras	
	2º p	Pechuga de pollo rebozada casera (con harina de maíz)								
20	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	Macarrones "sin gluten" salteados con hortalizas								
21	1er p	Garbanzos campesinos (con hortalizas)					Crema de patata y zanahoria		Garbanzos campesinos (con hortalizas)	
	2º p	Tortilla de patata				Muslo de pollo asado		Tortilla de patata		
22	1er p	Arroz con verduras								
	2º p	Abadejo rebozado casero (con harina de maíz)								Jamón serrano y queso
25	1er p	Crema de verduras naturales								
	2º p	Lomo a las hierbas provenzales con GUISANTES ECO (al horno)					Lomo a las hierbas provenzales con guarnición de verduras (al horno)		Lomo a las hierbas provenzales con GUISANTES ECO (al horno)	
26	1er p	Fideos "sin gluten" a la cazuela con pavo								
	2º p	Merluza SOSTENIBLE a la vizcaína (al horno con salsa de hortalizas)								Magro con hortalizas
27	1er p	Arroz con pisto (con tomate y hortalizas)								
	2º p	Pechuga de pollo rebozada casera (con harina de maíz)								
28	1er p	Lentejas con ESPINACAS ECO					Crema de patata y zanahoria		Lentejas con ESPINACAS ECO	
	2º p	Tortilla francesa con loncha de queso			Tortilla francesa	Jamón serrano y queso		Tortilla francesa con loncha de queso		

(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: 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.