

		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	Guisado de patatas con hortalizas								
	2º p	Huevos cocidos con pisto asado y ensalada (con tomate y hortalizas; ensala de lechuga, tomate, pepino y zanahoria)			<i>Pechuga de pollo en su jugo</i>		Huevos cocidos con pisto asado y ensalada (con tomate y hortalizas; ensala de lechuga, tomate, pepino y zanahoria)			
2	1er p	Cazuela de fideos "sin gluten" a la marinera (con merluza, calamar y gamba)							<i>Cazuela de fideos "sin gluten" con hortalizas</i>	
	2º p	Lomo en salsa española con judías verdes (al horno con salsa de hortalizas)					<i>Lomo en salsa española con verduras (al horno con salsa de hortalizas)</i>	Lomo en salsa española con judías verdes (al horno con salsa de hortalizas)		
3	1er p	Potaje de garbanzos con verduras							<i>Hervido (con patata, zanahoria y cebolla)</i>	Potaje de garbanzos con verduras
	2º p	Pizza de atún sin gluten con ensalada (con tomate, sin queso; ensalada de lechuga, tomate, lombarda y maíz)	<i>Pizza vegetal (con tomate, sin queso; ensalada de lechuga, tomate, lombarda y maíz)</i>							
4	1er p	Paella de verduras								
	2º p	Filete de pavo a la plancha con ensalada (de lechuga, tomate, zanahoria y olivas)								
5	1er p	Sopa de ave con fideos "sin gluten"								
	2º p	Filete de bacalao a la vasca con ensalada (al horno con espárragos y guisantes; ensalada de lechuga, tomate, pepino y lombarda)					<i>Filete de bacalao al limón</i>	Filete de bacalao a la vasca con ensalada (al horno con espárragos y guisantes; ensalada de lechuga, tomate, pepino y lombarda)	<i>Magro con hortalizas</i>	
8	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 cebolla y ensalada (de lechuga, tomate, lombarda y zanahoria)								
9	1er p	Espaguetis "sin gluten" napolitana (con tomate y hortalizas)								
	2º p	Tortilla de calabacín con ensalada (de lechuga, tomate, zanahoria y maíz)			<i>Filete de pavo al limón</i>		Tortilla de calabacín con ensalada (de lechuga, tomate, zanahoria y maíz)			

(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 coccinado 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 ⁽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	
10	1er p	Alubias con verduras					<i>Hervido (con patata, zanahoria y cebolla)</i>		Alubias con verduras	
	2º p	Filete de bacalao al caldo corto con ensalada (de lechuga, tomate, pepino y maíz)							<i>Magro con tomate</i>	
11	1er p	Arroz con hortalizas								
	2º p	Muslo de pollo asado con ensalada (de lechuga, tomate, olivas y maíz)								
12	1er p	Crema de zanahoria (sin queso)								
	2º p	Merluza a la vizcaína con ensalada (al horno con hortalizas; ensalada de lechuga, tomate, lombarda y olivas)							<i>Pechuga de pollo en su jugo</i>	
15	1er p	Macarrones "sin gluten" con tomate y champiñón								
	2º p	Pechuga de pollo a la plancha con ensalada (de lechuga, tomate, zanahoria y olivas)								
16	1er p	Guisado de patatas con verduras								
	2º p	Filete de bacalao al limón con ensalada (de lechuga, tomate, pepino y lombarda)							<i>Lomo al horno</i>	
17	1er p	Arroz con magro y hortalizas								
	2º p	Tortilla española con ensalada (con patata y cebolla; ensalada de lechuga, tomate, lombarda y olivas)				<i>Filete de pavo en su jugo</i>		Tortilla española con ensalada (con patata y cebolla; ensalada de lechuga, tomate, lombarda y olivas)		
18	1er p	Sopa juliana con fideos "sin gluten" (sopa de verduras)								
	2º p	Muslo de pollo rustido con guisantes					<i>Muslo de pollo rustido con verduras</i>		Muslo de pollo rustido con guisantes	
19	1er p	Garbanzos con verduras					<i>Hervido (con patata, zanahoria y cebolla)</i>		Garbanzos con verduras	
	2º p	Merluza en salsa verde con ensalada (al horno con ajo y perejil; ensalada de lechuga, tomate, pepino y olivas)							<i>Magro con ajetes</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 (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: 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.