

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	Crema de zanahoria (sin picatostes)								
	2º p	Pechuga de pollo a la plancha								
2	1er p	Alubias con verduras					<i>Hervido valenciano (sin judías verdes)</i>		Alubias con verduras	
	2º p	Tortilla española (con patata y cebolla)				<i>Jamón serrano y queso</i>		Tortilla española (con patata y cebolla)		
3	1er p	Arroz con coliflor y ajetes								
	2º p	Merluza al vapor							<i>Magro con hortalizas</i>	
4	1er p	Lentejas con verduras					<i>Crema de patata y zanahoria</i>		Lentejas con verduras	
	2º p	Lomo a las hierbas provenzales (al horno)								
5	1er p	Macarrones "sin gluten" con tomate y champiñón								
	2º p	Abadejo en salsa mery (al horno con ajo y perejil)							<i>Muslo de pollo asado</i>	
8	1er p	Sopa de ave con fideos "sin gluten"								
	2º p	Longanizas lionesa (carne de cerdo al horno con salsa de cebolla)					<i>Lomo en salsa de cebolla (al horno)</i>		Longanizas lionesa (carne de cerdo al horno con salsa de cebolla)	
9	1er p	Garbanzos a la jardinera (con hortalizas)					<i>Hervido valenciano (sin judías verdes)</i>		Garbanzos a la jardinera (con hortalizas)	
	2º p	Merluza al caldo corto							<i>Pechuga de pollo al limón</i>	
10	1er p	Ensalada completa (lechuga, tomate, zanahoria, maíz, huevo duro y olivas)				<i>Ensalada completa (sin huevo)</i>		Ensalada completa (lechuga, tomate, zanahoria, maíz, huevo duro y olivas)		
	2º p	Arroz con pollo								
11	1er p	Alubias campesinas (con hortalizas)					<i>Crema de zanahoria</i>		Alubias campesinas (con hortalizas)	
	2º p	Pizza de jamón serrano "sin gluten" (con tomate)(sin queso)		<i>Pizza de jamón serrano (con tomate)(sin queso)</i>						
12	1er p	Fideos "sin gluten" a la cazuela con pescado (con merluza, calamar, gamba y mejillón)							<i>Fideos "sin gluten" a la cazuela con verduras</i>	
	2º p	Tortilla de patata y calabacín				<i>Muslo de pollo al horno</i>		Tortilla de patata y 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 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.

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	Vichyssoise (crema de patata y puerro)								
	2º p	Albóndigas a la santanderina con judías verdes (carne de cerdo al horno con salsa de hortalizas)					<i>Salteado de magro a la santanderina (al horno con salsa de hortalizas)</i>		Albóndigas a la santanderina con judías verdes (carne de cerdo al horno con salsa de hortalizas)	
16	1er p	Arroz con tomate								
	2º p	Tortilla de patata				<i>Jamón serrano y queso</i>		Tortilla de patata		
17	1er p	Sopa de ave con fideos "sin gluten"								
	2º p	Merluza al limón con patatas chips							<i>Muslo de pollo rustido</i>	
18	1er p	Garbanzos de la huerta (con hortalizas)					<i>Hervido valenciano (sin judías verdes)</i>		Garbanzos a de la huerta (con hortalizas)	
	2º p	Lomo en salsa (al horno con salsa de hortalizas)								
19	1er p	Festivo								
	2º p									
22	1er p	Festivo								
	2º p									
23	1er p	Macarrones "sin gluten" con tomate y calabacín								
	2º p	Merluza al vapor							<i>Magro con ajetes</i>	
24	1er p	Crema mediterránea (con hortalizas)								
	2º p	Muslo de pollo a la cazadora con menestra de verduras (al horno con pimiento y champiñón)					<i>Muslo de pollo a la cazadora (al horno con pimiento y champiñón)</i>		Muslo de pollo a la cazadora con menestra de verduras (al horno con pimiento y champiñón)	
25	1er p	Paella de verduras								
	2º p	Abadejo a la vizcaína (al horno con salsa de hortalizas)							<i>Lomo rustido</i>	
26	1er p	Potaje de alubias con verduras					<i>Hervido valenciano (sin judías verdes)</i>		Potaje de alubias con verduras	
	2º p	Tortilla francesa				<i>Jamón serrano y queso</i>		Tortilla francesa		
29	1er p	Espaguetis "sin gluten" napolitana (con tomate y hortalizas)(sin queso)								
	2º p	Hamburguesa de ave con pisto (al horno con tomate y hortalizas)					<i>Pechuga de pollo con pisto (al horno con tomate y hortalizas)</i>		Hamburguesa de ave con pisto (al horno con tomate y hortalizas)	
30	1er p	Lentejas con hortalizas y arroz					<i>Crema de zanahoria</i>		Lentejas con hortalizas y arroz	
	2º p	Merluza al caldo corto							<i>Magro con hortalizas</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 (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.