

**ALERGIAS/INTOLERANCIAS ALIMENTARIAS MÁS COMUNES EN LA POBLACIÓN<sup>(1)</sup>:**

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	
<b>1</b>	1er p	Espaguetis "sin gluten" con tomate y calabacín								
	2º p	Filete de bacalao al limón							<i>Muslo de pollo al horno</i>	
<b>4</b>	1er p	Crema de patata y puerro								
	2º p	Albóndigas a la jardinera con guisantes (carne de cerdo al horno con salsa de hortalizas)						<i>Salteado de magro a la jardinera (al horno con salsa de hortalizas)</i>	Albóndigas a la jardinera con guisantes (carne de cerdo al horno con salsa de hortalizas)	
<b>5</b>	1er p	Potaje de garbanzos con verduras						<i>Hervido valenciano (sin judías verdes)</i>	Potaje de garbanzos con verduras	
	2º p	Pechuga de pollo en su jugo								
<b>6</b>	1er p	Paella de verduras								
	2º p	Merluza en salsa verde (al horno con ajo y perejil)							<i>Lomo asado</i>	
<b>7</b>	1er p	Sopa de pescado con fideos "sin gluten" (con merluza, calamar, gamba y mejillón)							<i>Sopa de ave con fideos "sin gluten"</i>	
	2º p	Muslo de pollo al limón (al horno)								
<b>8</b>	1er p	Alubias de la huerta (con hortalizas)					<i>Crema de patata y zanahoria</i>	Alubias de la huerta (con hortalizas)		
	2º p	Tortilla española (con patata y cebolla)				<i>Jamón serrano y queso</i>		Tortilla española (con patata y cebolla)		
<b>11</b>	1er p	Crema de zanahoria								
	2º p	Longanizas con pisto (carne de cerdo al horno con tomate y hortalizas)						<i>Lomo con pisto (al horno con tomate y hortalizas)</i>	Longanizas con pisto (carne de cerdo al horno con tomate y hortalizas)	
<b>12</b>	1er p	Lentejas estofadas con verduras y arroz (con hortalizas)						<i>Hervido valenciano (sin judías verdes)</i>	Lentejas estofadas con verduras y arroz (con hortalizas)	
	2º p	Merluza al caldo corto							<i>Magro con ajetes</i>	
<b>13</b>	1er p	Macarrones "sin gluten" italiana (con tomate)(sin queso)								
	2º p	Tortilla de patata y calabacín				<i>Muslo de pollo asado</i>		Tortilla de patata y calabacín		
<b>14</b>	1er p	Arroz con pollo								
	2º p	Jamón serrano y queso			<i>Jamón serrano</i>		Jamón serrano y 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.

**ALERGIAS/INTOLERANCIAS ALIMENTARIAS MÁS COMUNES EN LA POBLACIÓN<sup>(1)</sup>:**

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	Fideos "sin gluten" a la hortelana (con hortalizas)								
	2º p	Abadejo al horno con menestra de verduras					Abadejo al horno		Abadejo al horno con menestra de verduras	Pechuga de pollo en su jugo
18	1er p	Sopa de ave con fideos "sin gluten"								
	2º p	Lomo en salsa con guisantes (al horno con salsa de hortalizas)					Lomo en salsa (al horno con salsa de hortalizas)		Lomo en salsa con guisantes (al horno con salsa de hortalizas)	
19	1er p	Festivo								
	2º p									
20	1er p	Cazuela de arroz (con verduras)								
	2º p	Merluza al vapor								Magro con hortalizas
21	1er p	Macarrones "sin gluten" salteados con hortalizas								
	2º p	Hamburguesa de ave y boletus en salsa de cebolla con patata asada (al horno)					Pechuga de pollo en salsa de cebolla con patata asada (al horno)		Hamburguesa de ave y boletus en salsa de cebolla con patata asada (al horno)	
22	1er p	Alubias a la jardinera (con hortalizas)					Hervido valenciano (sin judías verdes)		Alubias a la jardinera (con hortalizas)	
	2º p	Tortilla de patata			Jamón serrano y queso		Tortilla de patata			
25	1er p	Lentejas con verduras					Crema de zanahoria		Lentejas con verduras	
	2º p	Abadejo al limón								Lomo al horno
26	1er p	Macarrones "sin gluten" napolitana (con tomate y hortalizas)(sin queso)								
	2º p	Tortilla francesa			Pechuga de pollo en su jugo		Tortilla francesa			
27	1er p	Garbanzos campesinos (con hortalizas)					Hervido valenciano (sin judías verdes)		Garbanzos campesinos (con hortalizas)	
	2º p	Pizza de jamón serrano "sin gluten" (con tomate)(sin queso)		Pizza de jamón serrano (con tomate)(sin queso)						
28	1er p	Crema de verduras naturales								
	2º p	Muslo de pollo rustido con judías verdes					Muslo de pollo rustido		Muslo de pollo rustido con judías verdes	
29	1er p	Arroz con tomate								
	2º p	Merluza a la gallega (al horno con salsa de hortalizas)								Magro con ajetes

(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.