

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>En IRCO, todos los días más Sostenibles.</p> <p>Todos los días, VERDURA, FRUTA Y PAN ECOLÓGICO</p> <p>ECÓ</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA MARZO: Manzana, naranja, pera, fresa y plátano.</p>	<p>FRUTAS, VERDURAS Y ESPECIES ECOLÓGICAS SERVIDAS EN EL MENÚ: berenjena, guisantes, judías verdes, calabacín, pimiento, champiñón, zanahoria, cebolla, maíz, nabo, chirivía, patata, perejil, laurel, manzana, pera, plátano, fresa y naranja</p> <p>ECÓ</p>	<p>1 Lechuga, tomate, MAÍZ ECOLÓGICO, dados de queso</p> <p>ESPIRALES ECOLÓGICAS con tomate y calabacín</p> <p>Filete de merluza a la marinera</p> <p>(al horno con salsa de pescado y marisco)</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Menestra de verduras y salteado de pavo. Fruta</p>	<p>2 Lechuga, tomate, zanahoria, huevo</p> <p>LENTEJAS ECOLÓGICAS a la riojana</p> <p>(con chorizo y hueso de jamón)</p> <p>Solomillo de pollo empanado con kétchup</p> <p>Yogur artesano del Maestrazgo</p> <p>CENA: Brócoli gratinado y pescado blanco al horno. Fruta</p>	<p>3 Lechuga, tomate, MAÍZ ECOLÓGICO, olivas</p> <p>Arroz DO Valencia del senyoret</p> <p>(con merluza, calamar, gamba y mejillón)</p> <p>Tortilla francesa con loncha de queso</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Hervido valenciano y salteado de magro. Fruta</p>
<p>6 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda</p> <p>Sopa de picadillo con FIDEOS ECOLÓGICOS</p> <p>Albóndigas a la jardinera</p> <p>(carne de cerdo al horno con salsa de hortalizas)</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Parrillada de verduras y brocheta de pescado. Fruta</p>	<p>7 Lechuga, tomate, MAÍZ ECOLÓGICO, dados de pavo</p> <p>GARBANZOS ECOLÓGICOS con chorizo</p> <p>Tortilla de patata y calabacín</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Ensalada variada y pescado azul en salsa. Fruta</p>	<p>8 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas</p> <p>Crema de zanahoria con queso</p> <p>Muslo de pollo en salsa española con judías verdes</p> <p>(al horno con salsa de hortalizas)</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Alcachofa rehogada y revuelto de jamón serrano. Fruta</p>	<p>9</p> <p>Ensalada completa</p> <p>(lechuga, tomate, zanahoria, MAÍZ ECOLÓGICO, atún, huevo duro y olivas)</p> <p>Arroz DO Valencia al horno</p> <p>(con costilla de cerdo, garbanzos y embutido)</p> <p>Yogur artesano del Maestrazgo</p> <p>CENA: Sopa de verduras y calamares a la plancha. Fruta</p>	<p>10 Lechuga, tomate, zanahoria, MAÍZ ECOLÓGICO con vinagreta de fresa</p> <p>ESPAGUETIS ECOLÓGICOS italiana</p> <p>(con tomate y queso)</p> <p>Filete de abadejo a la andaluza</p> <p>(rebozado casero)</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Puré de patatas y pavo asado. Fruta</p>
<p>13 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda</p> <p>Crema de verduras naturales con queso</p> <p>Lomo adobado en salsa</p> <p>(al horno con salsa de hortalizas)</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Guisantes salteados y pescado blanco al limón. Fruta</p>	<p>14 Lechuga, hoja de roble, tomate, lombarda, dados de queso</p> <p>Fideuá de marisco</p> <p>(con FIDEOS ECOLÓGICOS, merluza, calamar, gamba y mejillón)</p> <p>Tortilla de pechuga de pavo</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Verduras asadas y muslo de pollo rustido. Fruta</p>	<p>15</p>	<p>16</p>	<p>17</p>
<p>20 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda</p> <p>LENTEJAS ECOLÓGICAS con espinacas</p> <p>Hamburguesa de ave con ratatouille</p> <p>(al horno con pisto de tomate y hortalizas)</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Sémola y pescado azul al vapor. Fruta</p>	<p>21 Lechuga, tomate, MAÍZ ECOLÓGICO, dados de pavo</p> <p>ESPAGUETIS ECOLÓGICOS con tomate y champiñón</p> <p>Delicias de calamar</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Ensalada de queso fresco y lomo asado. Fruta</p>	<p>22 Lechuga, tomate, zanahoria, atún</p> <p>GARBANZOS ECOLÓGICOS de la abuela</p> <p>(con chorizo y hueso de jamón)</p> <p>Tortilla de patata</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Coliflor al vapor y pescado blanco al papillote. Fruta</p>	<p>23 Lechuga, tomate, lombarda, olivas</p> <p>Sopa de pescado con FIDEOS ECOLÓGICOS</p> <p>(con merluza, calamar, gamba y mejillón)</p> <p>Muslo de pollo al horno con guisantes</p> <p>Yogur artesano del Maestrazgo</p> <p>CENA: Crema de verduras y revuelto de queso. Fruta</p>	<p>24 Lechuga, tomate, zanahoria, MAÍZ ECOLÓGICO</p> <p>Arroz DO Valencia caldoso con verduras</p> <p>Filete de merluza a la naranja</p> <p>(al horno)</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Menestra de verduras y salteado de pavo. Fruta</p>
<p>27 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda</p> <p>Sopa de cocido casero con FIDEOS ECOLÓGICOS</p> <p>Longanizas lionesa</p> <p>(carne de cerdo al horno con salsa de cebolla)</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Ensalada campera y tortilla de gambas. Fruta</p>	<p>28 Lechuga, tomate, MAÍZ ECOLÓGICO, olivas</p> <p>Arroz DO Valencia con tomate</p> <p>Filete de bacalao a la madrileña</p> <p>(rebozado casero)</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Judías verdes rehogadas y pollo en su jugo. Fruta</p>	<p>29 Lechuga, tomate, zanahoria, dados de queso</p> <p>Guisado de patatas con pavo</p> <p>Lomo asado con champiñón al ajillo</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Sopa de verduras y brocheta de pescado. Fruta</p>	<p>30 Lechuga, hoja de roble, tomate, MAÍZ ECOLÓGICO, huevo</p> <p>TORNILLOS ECOLÓGICOS boloñesa</p> <p>(con carne picada de cerdo, tomate y queso)</p> <p>Filete de palometa en salsa mery</p> <p>(al horno con ajo y perejil)</p> <p>Yogur artesano del Maestrazgo</p> <p>CENA: Crema de calabacín y ternera a la plancha. Fruta</p>	<p>31 Lechuga, tomate, lombarda, zanahoria</p> <p>ALUBIAS ECOLÓGICAS con verduras</p> <p>Tortilla española</p> <p>(con patata y cebolla)</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Parrillada de verduras y pescado blanco al horno. Fruta</p>



20 de Marzo
¡Comienza la PRIMAVERA!
El buen tiempo llega y tiñe la naturaleza de color.
Esta nueva estación nos trae una gran variedad de sabrosas y saludables frutas y verduras: fresas, naranjas, espárragos y LOMBARDA
¡Nuestro producto de temporada!
Todas ellas son muy importantes en nuestra alimentación diaria.
¡No olvides darle color a tus platos!



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>En IRCO, tots els dies més Sostenibles.</p> <p>Tots els dies, VERDURA, FRUITA I PA ECOLÒGIC</p> <p>ECÒ</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA MARÇ: Poma, taronja, pera, maduixa i plàtan</p>	<p>FRUITES, VERDURES I ESPÈCIES ECOLÒGIQUES SERVIDES EN EL MENÚ: albergínia, carabasseta, pebrot, pèsols, bajoques, xampinyó, safanòria, ceba, nap, xirivia, creïlla, julivert, poma, pera, plàtan, maduixa i taronja</p> <p>ECÒ</p>	<p>1 Lletuga, tomaca, DACSA ECOLÒGICA, daus de formatge</p> <p>ESPIRALS ECOLÒGIQUES amb tomaca i carabasseta</p> <p>Filet de lluç a la marinera</p> <p>(al forn amb salsa de peix i marisc)</p> <p>Fruita</p> <p>SOPAR: Minestra de verdures i saltejat de titot. Fruita</p>	<p>2 Lletuga, tomaca, safanòria, ou</p> <p>LLENTILLES ECOLÒGIQUES a la riojana</p> <p>(amb xoriço i os de pernil)</p> <p>Filet de pollastre arrebossat amb quetxup</p> <p>logurt artesà del Maestrat</p> <p>SOPAR: Bròquil gratinat i peix blanc al forn. Fruita</p>	<p>3 Lletuga, tomaca, DACSA ECOLÒGICA, olives</p> <p>Arròs DO València del senyoret</p> <p>(amb lluç, calamar, gamba i clòtxina)</p> <p>Truita francesa amb tallada de formatge</p> <p>Fruita</p> <p>SOPAR: Bullit valencià i saltejat de magre. Fruita</p>
<p>6 Lletuga, tomaca, safanòria, llombarda</p> <p>Sopa de picada amb FIDEUS ECOLÒGICS</p> <p>Mandonguilles a la jardineria</p> <p>(carn de porc al forn amb salsa d'hortalisses)</p> <p>Fruita</p> <p>SOPAR: Graellada de verdures i broqueta de peix. Fruita</p>	<p>7 Lletuga, tomaca, DACSA ECOLÒGICA, daus de titot</p> <p>CIGRONS ECOLÒGICS amb xoriço</p> <p>Truita de creïlla i carabasseta</p> <p>Fruita</p> <p>SOPAR: Amanida variada i peix blau en salsa. Fruita</p>	<p>8 Lletuga, tomaca, safanòria, olives</p> <p>Crema de safanòria amb formatge</p> <p>Cuixa de pollastre en salsa espanyola amb bajoques</p> <p>(al forn amb salsa d'hortalisses)</p> <p>Fruita</p> <p>SOPAR: Carxofa ofegada i remenat de pernil. Fruita</p>	<p>9</p> <p>Amanida completa</p> <p>(lletuga, tomaca, safanòria, DACSA ECOLÒGICA, tonyina, ou dur i olives)</p> <p>Arròs DO Valencia al forn</p> <p>(amb costella de porc, cigrons i embotit)</p> <p>logurt artesà del Maestrat</p> <p>SOPAR: Sopa de verdures i calamars a la planxa. Fruita</p>	<p>10 Lletuga, tomaca, safanòria, DACSA ECOLÒGICA amb vinagreta de maduixa</p> <p>ESPAGUETIS ECOLÒGICS italiana</p> <p>(amb tomaca i formatge)</p> <p>Filet d'abadejo a l'andalusa</p> <p>(arrebossat casolà)</p> <p>Fruita</p> <p>SOPAR: Puré de creïlles i titot torrat. Fruita</p>
<p>13 Lletuga, tomaca, safanòria, llombarda</p> <p>Crema de verdures naturals amb formatge</p> <p>Llomello adobat en salsa</p> <p>(al forn amb salsa d'hortalisses)</p> <p>Fruita</p> <p>SOPAR: Pèsols saltejats i peix blanc a la llima. Fruita</p>	<p>14 Lletuga, full de roure, tomaca, llombarda, daus de formatge</p> <p>Fideuà de marisc</p> <p>(amb FIDEUS ECOLÒGICS, lluç, calamar, gamba i clòtxina)</p> <p>Truita de pit de titot</p> <p>Fruita</p> <p>SOPAR: Verdures torrades i cuixa de pollastre rostit. Fruita</p>	<p>15</p>	<p>16</p>	<p>17</p>
<p>20 Lletuga, tomaca, safanòria, llombarda</p> <p>LLENTILLES ECOLÒGIQUES amb espinacs</p> <p>Hamburguesa d'au amb ratatouille</p> <p>(al forn amb samfaina de tomaca i hortalisses)</p> <p>Fruita</p> <p>SOPAR: Sèmola i peix blau al vapor. Fruita</p>	<p>21 Lletuga, tomaca, DACSA ECOLÒGICA, daus de titot</p> <p>ESPAGUETIS ECOLÒGICS amb tomaca i xampinyó</p> <p>Delícies de calamar</p> <p>Fruita</p> <p>SOPAR: Amanida de formatge fresc i llomello torrat. Fruita</p>	<p>22 Lletuga, tomaca, safanòria, tonyina</p> <p>CIGRONS ECOLÒGICS de la iaia</p> <p>(amb xoriço i os de pernil)</p> <p>Truita de creïlla</p> <p>Fruita</p> <p>SOPAR: Coliflor al vapor i peix blanc al papillot. Fruita</p>	<p>23 Lletuga, tomaca, llombarda, olives</p> <p>Sopa de peix en FIDEUS ECOLÒGICS</p> <p>(amb lluç, calamar, gamba i clòtxina)</p> <p>Cuixa de pollastre al forn amb pèsols</p> <p>logurt artesà del Maestrat</p> <p>SOPAR: Crema de verdures i remenat de formatge. Fruita</p>	<p>24 Lletuga, tomaca, safanòria, DACSA ECOLÒGICA</p> <p>Arròs DO València caldós amb verdures</p> <p>Filet de lluç a la taronja</p> <p>(al forn)</p> <p>Fruita</p> <p>SOPAR: Minestra de verdures i saltejat de titot. Fruita</p>
<p>27 Lletuga, tomaca, safanòria, llombarda</p> <p>Sopa de putxero casolana amb FIDEUS ECOLÒGICS</p> <p>Llonganisses lionesa</p> <p>(carn de porc al forn amb salsa de ceba)</p> <p>Fruita</p> <p>SOPAR: Amanida de creïlla i truita de gambes. Fruita</p>	<p>28 Lletuga, tomaca, DACSA ECOLÒGICA, olives</p> <p>Arròs DO València amb tomaca</p> <p>Filet de bacallà a la madrilenya</p> <p>(arrebossat casolà)</p> <p>Fruita</p> <p>SOPAR: Bajoques ofegades i pollastre en el seu suc. Fruita</p>	<p>29 Lletuga, tomaca, safanòria, daus de formatge</p> <p>Guisat de creïlles amb titot</p> <p>Llomello torrat amb xampinyó al all</p> <p>Fruita</p> <p>SOPAR: Sopa de verdures i broqueta de peix. Fruita</p>	<p>30 Lletuga, full de roure, tomaca, DACSA ECOLÒGICA, ou</p> <p>CARGOLS ECOLÒGICS bolonyesa</p> <p>(amb carn picada de porc, tomaca i formatge)</p> <p>Filet de palometa en salsa mery</p> <p>(al forn amb all i julivert)</p> <p>logurt artesà del Maestrat</p> <p>SOPAR: Crema de carabasseta i vedella a la planxa. Fruita</p>	<p>31 Lletuga, tomaca, llombarda, safanòria</p> <p>FESOLS ECOLÒGICS amb verdures</p> <p>Truita espanyola</p> <p>(amb creïlla i ceba)</p> <p>Fruita</p> <p>SOPAR: Graellada de verdures i peix blanc al forn. Fruita</p>

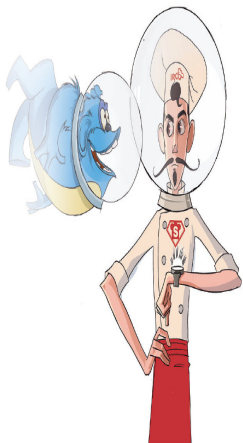


20 de Març
Comença la PRIMAVERA!
El bon temps arriba i tiny la naturalesa de color.
Esta nova estació ens porta una gran varietat de saboroses i saludables fruites i verdures: maduixes, taronges, espàrrecs i LLOMBARDA
El nostre producte de temporada! Totes elles són molt importants en la nostra alimentació diària.
No oblidis donar-li color als teus plats!





		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" con tomate y CALABACÍN ECOLÓGICO								
	2º p	Filete de merluza a la marinera (al horno con salsa de pescado y marisco)						Filete de merluza al limón	Muslo de pollo al horno	
2	1er p	Lentejas a la jardinera (con hortalizas)					Hervido valenciano (sin judías verdes)		Lentejas a la jardinera (con hortalizas)	
	2º p	Pechuga de pollo rebozada casera (con harina de maíz)								
3	1er p	Arroz del senyoret (con merluza, calamar, gamba y mejillón)						Arroz con coliflor y ajetes		
	2º p	Tortilla francesa con loncha de queso		Tortilla francesa	Magro con hortalizas		Tortilla francesa con loncha de queso			
6	1er p	Sopa de ave con fideos "sin gluten"								
	2º p	Albóndigas a la jardinera (carne de cerdo al horno con salsa de hortalizas)	Salteado de magro a la jardinera (al horno con salsa de hortalizas)							
7	1er p	Garbanzos con verduras					Hervido valenciano (sin judías verdes)		Garbanzos con verduras	
	2º p	Tortilla de patata y calabacín				Jamón serrano y queso		Tortilla de patata y calabacín		
8	1er p	Crema de zanahoria (sin queso)								
	2º p	Muslo de pollo en salsa española con JUDÍAS VERDES ECOLÓGICAS (al horno con salsa de hortalizas)					Muslo de pollo en salsa española con guarnición de verduras (al horno con salsa de hortalizas)		Muslo de pollo en salsa española con JUDÍAS VERDES ECOLÓGICAS (al horno con salsa de hortalizas)	
9	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	Arroz con pollo								
10	1er p	Espaguetis "sin gluten" italiana (con tomate, sin queso)								
	2º p	Filete de bacalao rebozado casero (con harina de maíz)							Lomo rustido	
13	1er p	Crema de verduras naturales (sin queso)								
	2º p	Lomo en salsa (al horno con salsa de hortalizas)								
14	1er p	Fideos "sin gluten" a la cazuela de pescado (con merluza, calamar, gamba y mejillón)						Fideos "sin gluten" a la cazuela de verduras		
	2º p	Tortilla de jamón serrano				Jamón serrano y queso		Tortilla de jamón serrano		
15	1er p	Arroz con pollo y verduras								
	2º p	Filete de merluza rebozado casero (con harina de maíz)							Magro con tomate	
16	1er p	Alubias a la jardinera (con hortalizas)					Hervido valenciano (sin judías verdes)		Alubias 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)							



(1) Se incluye en este grupo el apio, mostaza, sésamo, anhídrido sulfuroso y sulfitos, altramuces y sus derivados.

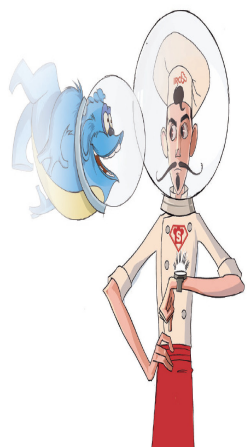
NOTA 1: Los menús especiales para alergias e intolerancias siguen la misma **composición** de menú escolar (entrante, 1er plato, 2º plato, postre, pan y agua), adaptándolo a su indicación correspondiente: se diseñan de forma específica y reciben un tratamiento aislado en cocina, de forma que la compra, 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/CAHAUETE	AL.SOJA	AL.LECHE Y DERIVADOS (INCLUYE LACTOSA)	AL.HUEVO	AL. LEGUMBRES (INCLUYE SOJA)	AL.MARISCO-MOLUSCOS	AL.PESCADO	
17	1er p	Macarrones "sin gluten" salteados con hortalizas								
	2º p	Filete de bacalao al horno								
20	1er p	Lentejas con ESPINACAS ECOLÓGICAS					Crema de patata y zanahoria		Lentejas con ESPINACAS ECOLÓGICAS	
	2º p	Hamburguesa de ave con ratatouille (al horno con pisto de tomate y hortalizas)	Pechuga de pollo con pisto (al horno con tomate y hortalizas)							
21	1er p	Espaguetis "sin gluten" con tomate y champiñón								
	2º p	Filete de bacalao rebozado casero (con harina de maíz)								
22	1er p	Garbanzos con verduras					Hervido valenciano (sin judías verdes)		Garbanzos con verduras	
	2º p	Tortilla de patata			Jamón serrano y queso		Tortilla de patata			
23	1er p	Sopa de pescado con fideos "sin gluten" (con merluza, calamar, gamba y mejillón)							Sopa de ave con fideos "sin gluten"	
	2º p	Muslo de pollo al horno con GUISANTES ECOLÓGICOS					Muslo de pollo al horno con guarnición de verduras		Muslo de pollo al horno con GUISANTES ECOLÓGICOS	
24	1er p	Arroz caldoso con verduras								
	2º p	Filete de merluza a la naranja (al horno)								
27	1er p	Sopa de ave con fideos "sin gluten"								
	2º p	Longanizas lionesa (carne de cerdo al horno con salsa de cebolla)	Salteado de magro con ajetes							
28	1er p	Arroz con tomate								
	2º p	Filete de bacalao rebozado casero (con harina de maíz)								
29	1er p	Guisado de patatas con pavo								
	2º p	Lomo asado con CHAMPIÑÓN ECOLÓGICO al ajillo								
30	1er p	Macarrones "sin gluten" napolitana (con tomate, hortalizas, sin queso)								
	2º p	Filete de merluza en salsa mery (al horno con ajo y perejil)								
31	1er p	Alubias con verduras					Crema de zanahoria		Alubias con verduras	
	2º p	Tortilla española (con patata y cebolla)			Jamón serrano y queso		Tortilla española (con patata y cebolla)			



(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.