

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>FRUTAS, VERDURAS Y ESPECIES ECOLÓGICAS SERVIDAS EN EL MENÚ: tomate, calabacín, pimiento, zanahoria, cebolla, lechuga, nabo, calabaza, espinaca, acelga, puerro, patata, perejil, laurel, manzana, kiwi, pera, fresa y plátano.</p> <p>ECÓ</p>	<p>En IRCO, todos los días más Sostenibles. Todos los días, VERDURA, FRUTA Y PAN ECOLÓGICO</p> <p>ECÓ</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA MAYO: Manzana, kiwi, pera, fresa y plátano.</p>	<p>2 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda</p> <p>Sopa de picadillo con FIDEOS ECOLÓGICOS (de ave y cerdo con garbanzos y huevo)</p> <p>Solomillo de pollo empanado con ketchup</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Ensalada variada y pescado blanco al vapor. Fruta</p>	<p>3 <i>Lechuga, hoja de roble, tomate, lombarda, MAÍZ ECOLÓGICO</i></p> <p>Potaje de GARBANZOS ECOLÓGICOS con calabaza</p> <p>Tortilla española (con patata y cebolla)</p> <p>Helado</p> <p>CENA: Alcachofas y pescado azul al horno. Fruta</p>	<p>4</p> <p>Ensalada de arroz DO Valencia (con hortalizas, huevo y olivas)</p> <p>Filete de bacalao a la madrileña (rebozado casero)</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Puré de zanahoria y pavo asado. Fruta</p>
<p>7 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda</p> <p>LENTEJAS ECOLÓGICAS con hortalizas y arroz</p> <p>Lomo sajonia a las hierbas provenzales (al horno)</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Parrillada de verduras y tortilla de ajetes. Fruta</p>	<p>8 Lechuga, tomate, zanahoria, huevo</p> <p>FIDEOS ECOLÓGICOS a la cazuela con pavo</p> <p>Filete de merluza en salsa de tomate (al horno)</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Ensalada mixta y rollito de ternera. Fruta</p>	<p>9 <i>Lechuga, tomate, MAÍZ ECOLÓGICO, lombarda con vinagreta de fresa</i></p> <p>Arroz DO Valencia con verduras</p> <p>Huevos revueltos con patatas y jamón serrano</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Sopa de ave y pescado blanco al limón. Fruta</p>	<p>10</p> <p>Ensalada de PASTA ECOLÓGICA (MACARRONES ECOLÓGICOS, hortalizas, huevo y olivas)</p> <p>Delicias de calamar</p> <p>Yogur</p> <p>CENA: Verduras asadas y salteado de pavo. Fruta</p>	<p>11 Lechuga, tomate, lombarda, atún</p> <p>Guisado de patatas con magro</p> <p>Muslo de pollo a la cazadora con champiñón (al horno con salsa de hortalizas)</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Menestra de verduras y pescado azul a la plancha. Fruta</p>
<p>14 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda</p> <p>Sopa castellana con FIDEOS ECOLÓGICOS (de ave y cerdo con garbanzos, pimentón y jamón serrano)</p> <p>Cordon Bleu (carne de pavo con queso rebozada)</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Coliflor al vapor y pescado blanco al caldo corto. Fruta</p>	<p>15 <i>Lechuga, tomate, MAÍZ ECOLÓGICO, queso</i></p> <p>Arroz DO Valencia a banda (con merluza, calamar, gamba y mejillón)</p> <p>Tortilla francesa con zanahoria</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Puré de calabacín y brocheta de pescado. Fruta</p>	<p>16 Lechuga, hoja de roble, tomate, lombarda, zanahoria</p> <p>ESPAGUETIS ECOLÓGICOS napolitana (con tomate y hortalizas)</p> <p>Filete de abadejo a la vasca con guisantes (al horno con huevo y espárragos)</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Ensalada verde y pechuga de pollo en su jugo. Fruta</p>	<p>17 <i>Lechuga, tomate, zanahoria, MAÍZ ECOLÓGICO</i></p> <p>GARBANZOS ECOLÓGICOS a la jardinera (con hortalizas)</p> <p>Pizza IRCO (con fiambre de york, tomate y queso)</p> <p>Flan</p> <p>CENA: Sémola y pescado azul al papillote. Fruta</p>	<p>18 Lechuga, tomate, lombarda, olivas</p> <p>Ensaladilla rusa (con patata, zanahoria, guisantes, judías verdes, huevo, atún y mayonesa)</p> <p>Albóndigas a la santanderina (carne de cerdo al horno con salsa de hortalizas)</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Acelgas rehogadas y tortilla de pimiento. Fruta</p>
<p>21 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda</p> <p>LENTEJAS ECOLÓGICAS con espinacas</p> <p>Bacalao rebozado</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Verduras rehogadas y lomo a la plancha. Fruta</p>	<p>22</p> <p>Ensalada campera (con patata, hortalizas, huevo, atún y olivas)</p> <p>Muslo de pollo al horno con judías verdes</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Sopa minestrone y pescado blanco al vapor. Fruta</p>	<p>23 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas</p> <p>MACARRONES ECOLÓGICOS con tomate y calabacín</p> <p>Filete de merluza en salsa mery (al horno con ajo y perejil)</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Guisantes salteados y ternera a la plancha. Fruta</p>	<p>24 <i>Lechuga, tomate, MAÍZ ECOLÓGICO, queso</i></p> <p>GARBANZOS ECOLÓGICOS a la riojana (con chorizo y hueso de jamón)</p> <p>Tortilla de patata</p> <p>Yogur artesano de fresa</p> <p>CENA: Ensalada completa y pescado azul al horno. Fruta</p>	<p>25 Lechuga, tomate, lombarda, zanahoria</p> <p>Arroz DO Valencia con tomate</p> <p>Longanizas en salsa de cebolla (carne de cerdo al horno)</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Hervido y revuelto de gambas. Fruta</p>
<p>28 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda</p> <p>Lasaña gratinada (con carne picada de cerdo, tomate, bechamel y queso)</p> <p>Chispas de merluza</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Judías verdes y brocheta de pavo. Fruta</p>	<p>29 <i>Lechuga, tomate, MAÍZ ECOLÓGICO, atún</i></p> <p>Potaje de GARBANZOS ECOLÓGICOS con verduras</p> <p>Tortilla de calabacín</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Ensalada variada y pescado blanco al limón. Fruta</p>	<p>30 Lechuga, hoja de roble, tomate, lombarda, olivas</p> <p>Sopa de pescado con FIDEOS ECOLÓGICOS (con merluza, calamar, gamba y mejillón)</p> <p>Hamburguesa de ave con pisto (al horno con tomate y hortalizas)</p> <p>Fruta</p> <p>CENA: Parrillada de verduras y tortilla francesa. Fruta</p>	<p>31 <i>Lechuga, tomate, zanahoria, MAÍZ ECOLÓGICO</i></p> <p>Paella valenciana (con arroz DO Valencia) (con pollo)</p> <p>Surtido de fiambre (pechuga de pavo, queso y chorizo)</p> <p>Helado</p> <p>CENA: Brócoli al vapor y magro con hortalizas. Fruta</p>	<p>INFORMACIÓN PARA ALÉRGICOS/INTOLERANTES/NECESIDADES ESPECIALES: Este menú no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias ya que contiene los alérgenos más comunes en la población (RE 1169/2011, anexo ii). Informe a la dirección del comedor, aportando el certificado médico para que el responsable solicite a diario un menú diseñado y cocinado atendiendo a dicha prescripción. Nota: en caso de necesidad especial puede solicitar a su centro los alérgenos que componen los platos servidos.</p>



Llega el calor...
¿te apetece algo fresquito?
No dejes pasar la primavera sin aprovechar todos los beneficios de comer frutas de temporada tan sanas como la ¡FRESA!
Es una exquisita fruta de color rojo que te refrescará en los días más calurosos.
Puedes probarla en ensaladas, batidos o a mordiscos...
¡Deja que forme parte de tu comida diaria!
No lo olvides...
¡consume 5 FRUTAS Y VERDURAS AL DÍA!



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>FRUITES, VERDURES I ESPÈCIES ECOLÒGIQUES SERVIDES EN EL MENÚ: tomaca, carabasseta, primentó, safanòria, ceba, lletuga, nap, carabassa, espinac, bleda, porro, creïlla, julivert, poma, kiwi, pera, maduixa i plàtan.</p> <p>ECÒ</p>	<p>En IRCO, tots els dies més Sostenibles. Tots els dies, VERDURA, FRUITA I PA ECOLÒGIC</p> <p>ECÒ</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA MAIG: Poma, kiwi, pera, maduixa i plàtan</p>	<p>2 Lletuga, tomaca, safanòria, llombarda</p> <p>Sopa de picada amb FIDEUS ECOLÒGICS (d'au i porc amb cigrons i ou)</p> <p>Filet de pollastre arrebossat amb quetxup</p> <p>Fruita</p> <p>SOPAR: Amanida variada i peix blanc al vapor. Fruita</p>	<p>3 Lletuga, full de roure, tomaca, llombarda, DACSA ECOLÒGICA</p> <p>Potatge de CIGRONS ECOLÒGICS amb carabassa</p> <p>Truita espanyola (amb creïlla i ceba)</p> <p>Gelat</p> <p>SOPAR: Carxofes i peix blau al forn. Fruita</p>	<p>4 Amanida d'arròs DO València (amb hortalisses, ou i olives)</p> <p>Filet de bacallà a la madrilenya (arrebossat casolà)</p> <p>Fruita</p> <p>SOPAR: Puré de safanòria i titot torrat. Fruita</p>
<p>7 Lletuga, tomaca, safanòria, llombarda</p> <p>LLENTILLES ECOLÒGIQUES amb hortalisses i arròs</p> <p>Llom saxònia a les herbes provençals (al forn)</p> <p>Fruita</p> <p>SOPAR: Graellada de verdures i truita d'alls tendres. Fruita</p>	<p>8 Lletuga, tomaca, safanòria, ou</p> <p>FIDEUS ECOLÒGICS a la cassola amb titot</p> <p>Filet de lluç amb salsa de tomaca (al forn)</p> <p>Fruita</p> <p>SOPAR: Ensalada mixta i rotllet de ternera. Fruita</p>	<p>9 Lletuga, tomaca, DACSA ECOLÒGICA, llombarda amb vinagreta de maduixa</p> <p>Arròs DO València amb verdures</p> <p>Ous remenats amb creïlles i pernil serrà</p> <p>Fruita</p> <p>SOPAR: Sopa d'au i peix blanc a la llima. Fruita</p>	<p>10 Amanida de PASTA ECOLÒGICA (MACARRONS ECOLÒGICS, hortalisses, ou i olives)</p> <p>Delícies de calamar</p> <p>logurt</p> <p>SOPAR: Verdures rostides i saltejat de titot. Fruita</p>	<p>11 Lletuga, tomaca, llombarda, tonyina</p> <p>Guisat de creïlles amb magre</p> <p>Cuixa de pollastre a la caçadora amb xampinyó (al forn amb salsa d'hortalisses)</p> <p>Fruita</p> <p>SOPAR: Minestra de verdures i peix blau a la planxa. Fruita</p>
<p>14 Lletuga, tomaca, safanòria, llombarda</p> <p>Sopa castellana amb FIDEUS ECOLÒGICS (d'au i porc amb cigrons, pimentó i pernil)</p> <p>Cordon Bleu (carn de titot amb formatge arrebossat)</p> <p>Fruita</p> <p>SOPAR: Coliflor al vapor i peix blanc al caldo curt. Fruita</p>	<p>15 Lletuga, tomaca, DACSA ECOLÒGICA, formatge</p> <p>Arròs DO València a banda (amb lluç, calamar, gamba i clòtxina)</p> <p>Truita francesa amb safanòria</p> <p>Fruita</p> <p>SOPAR: Puré de carabasseta i broqueta de peix. Fruita</p>	<p>16 Lletuga, full de roure, tomaca, llombarda, safanòria</p> <p>ESPAGUETIS ECOLÒGICS napolitana (amb tomaca i hortalisses)</p> <p>Filet d'abadejo a la basca amb pèsols (al forn amb ou i espàrrecs)</p> <p>Fruita</p> <p>SOPAR: Ensalada verd i pit de pollastre en el seu suc. Fruita</p>	<p>17 Lletuga, tomaca, safanòria, DACSA ECOLÒGICA</p> <p>CIGRONS ECOLÒGICS a la jardinera (amb hortalisses)</p> <p>Pizza IRCO (amb pernil dolç, tomaca i formatge)</p> <p>Flam</p> <p>SOPAR: Sèmola i peix blau al papillot. Fruita</p>	<p>18 Lletuga, tomaca, llombarda, olives</p> <p>Amanida russa (amb creïlla, safanòria, pèsols, bajoques, ou, tonyina i maionesa)</p> <p>Mandonguilles a la santanderina (carn de porc al forn amb salsa d'hortalisses)</p> <p>Fruita</p> <p>SOPAR: Bledes ofegades i truita de pimentó. Fruita</p>
<p>21 Lletuga, tomaca, safanòria, llombarda</p> <p>LLENTILLES ECOLÒGIQUES amb espinacs</p> <p>Bacallà arrebossat</p> <p>Fruita</p> <p>SOPAR: Verdures ofegades i llom a la planxa. Fruita</p>	<p>22 Amanida de creïlla (amb creïlla, hortalisses, ou, tonyina i olives)</p> <p>Cuixa de pollastre al forn amb bajoques</p> <p>Fruita</p> <p>SOPAR: Sopa minestrone i peix blanc al vapor. Fruita</p>	<p>23 Lletuga, tomaca, safanòria, olives</p> <p>MACARRONS ECOLÒGICS amb tomaca i carabasseta</p> <p>Filet de lluç en salsa mery (al forn amb all i julivert)</p> <p>Fruita</p> <p>SOPAR: Pèsols saltats i vedella a la planxa. Fruita</p>	<p>24 Lletuga, tomaca, DACSA ECOLÒGICA, formatge</p> <p>CIGRONS ECOLÒGICS a la riojana (amb xoriço i os de pernil)</p> <p>Truita de creïlla</p> <p>logurt artesà de maduixa</p> <p>SOPAR: Amanida completa i peix blau al forn. Fruita</p>	<p>25 Lletuga, tomaca, llombarda, safanòria</p> <p>Arròs DO València amb tomaca</p> <p>Llonganisses amb salsa de ceba (carn de porc al forn)</p> <p>Fruita</p> <p>SOPAR: Bullit i remenat de gambes. Fruita</p>
<p>28 Lletuga, tomaca, safanòria, llombarda</p> <p>Lasanya gratinada (amb carn picada de porc, tomaca, beixamel i formatge)</p> <p>Purnes de lluç</p> <p>Fruita</p> <p>SOPAR: Bajoquetes i broqueta de titot. Fruita</p>	<p>29 Lletuga, tomaca, DACSA ECOLÒGICA, tonyina</p> <p>Potatge de CIGRONS ECOLÒGICS amb verdures</p> <p>Truita de carabasseta</p> <p>Fruita</p> <p>SOPAR: Amanida variada i peix blanc a la llima. Fruita</p>	<p>30 Lletuga, full de roure, tomaca, llombarda, olives</p> <p>Sopa de peix en FIDEUS ECOLÒGICS (amb lluç, calamar, gamba i clòtxina)</p> <p>Hamburguesa d'au amb samfaina (al forn amb tomaca i hortalisses)</p> <p>Fruita</p> <p>SOPAR: Parrillada de verdures i truita francesa. Fruita</p>	<p>31 Lletuga, tomaca, safanòria, DACSA ECOLÒGICA</p> <p>Paella valenciana (con arroz DO Valencia) (amb pollastre)</p> <p>Assortiment de carn freda (pit de titot, formatge i xoriço)</p> <p>Gelat</p> <p>SOPAR: Bròquil al vapor i magre amb hortalisses. Fruita</p>	<p>INFORMACIÓ PER A ALÈRGICS /INTOLERANTS/NECESSITATS ESPECIALS: Aquest menú no és apte per a persones que patixen al·lèrgies o intoleràncies alimentàries ja que conté els al·lèrgens més comuns en la població (RE 1169/2011, anexo ii). Informe a la direcció del menjador, aportant el certificat mèdic perquè el responsable sol·licite diàriament un menú dissenyat i cuinat atenent a aquesta prescripció. Nota: en cas de necessitat especial pot sol·licitar al seu centre els al·lèrgens que componen els plats servits.</p>

Arriba la calor...
t'abellix alguna cosa fresqueta?
No deixes passar la primavera sense aprofitar tots els beneficis de menjar fruites de temporada tan sanes com la MADUIXA!
És una exquisida fruita de color roig que et refrescarà en els dies més calorosos.
Pots provar-la en amanides, batuts o a mossegades...
Deixa que forme part del teu menjar diari!
No ho oblidis...
consumeix 5 FRUITES I VERDURES AL DIA!



		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	Festivo								
	2º p									
2	1er p	Sopa de ave con fideos "sin gluten"								
	2º p	Pechuga de pollo rebozada casera (con harina de maíz)								
3	1er p	Potaje de alubias con verduras					Crema de patata y zanahoria		Potaje de alubias con verduras	
	2º p	Tortilla española (con patata y cebolla)					Jamón serrano y queso	Tortilla española (con patata y cebolla)		
4	1er p	Ensalada de arroz (con hortalizas, huevo y olivas)					Ensalada de arroz (sin huevo)	Ensalada de arroz (con hortalizas, huevo y olivas)		
	2º p	Filete de bacalao rebozado casero (con harina de maíz)								Lomo al horno
7	1er p	Lentejas con hortalizas y arroz					Crema de zanahoria		Lentejas con hortalizas y arroz	
	2º p	Lomo a las hierbas provenzales (al horno)								
8	1er p	Fideos "sin gluten" a la cazuela con pavo								
	2º p	Filete de merluza en salsa de tomate (al horno)								Magro con tomate
9	1er p	Arroz con verduras								
	2º p	Huevos revueltos con patatas y jamón serrano					Jamón serrano y queso	Huevos revueltos con patatas y jamón serrano		
10	1er p	Ensalada de pasta (con macarrones "sin gluten", hortalizas, huevo y olivas)					Ensalada de pasta (sin huevo)	Ensalada de pasta (con macarrones "sin gluten", hortalizas, huevo y olivas)		
	2º p	Filete de abadejo rebozado casero (con harina de maíz)								Pechuga de pollo al limón
11	1er p	Guisado de patatas con magro								
	2º p	Muslo de pollo a la cazadora con CHAMPIÑÓN ECOLÓGICO (al horno con salsa de hortalizas)								
14	1er p	Sopa de ave con fideos "sin gluten"								
	2º p	Pechuga de pollo rebozada casera (con harina de maíz)								
15	1er p	Arroz a banda (con merluza, calamar, gamba y mejillón)						Arroz con coliflor y ajetes		
	2º p	Tortilla francesa con ZANAHORIA ECOLÓGICA					Jamón serrano y queso	Tortilla francesa con ZANAHORIA ECOLÓGICA		
16	1er p	Espaguetis "sin gluten" napolitana (con tomate y hortalizas)(sin queso)								
	2º p	Filete de abadejo a la vasca con GUISANTES ECOLÓGICOS (al horno con espárragos)					Filete de abadejo al limón con guarnición de verduras		Filete de abadejo a la vasca con GUISANTES ECOLÓGICOS (al horno con espárragos)	Muslo de pollo rustido

(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 cocción 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	
17	1er p	Garbanzos a la jardinera (con hortalizas)					<i>Hervido valenciano (sin judías verdes)</i>		Garbanzos a la jardinera (con hortalizas)	
	2º p	Pizza de jamón serrano "sin gluten" (con tomate, sin queso)		<i>Pizza de jamón serrano (con tomate, sin queso)</i>						
18	1er p	Crema mediterránea (con hortalizas)								
	2º p	Albóndigas a la santanderina (carne de cerdo al horno con salsa de hortalizas)		<i>Salteado de magro a la santanderina (al horno con salsa de hortalizas)</i>						
21	1er p	Lentejas con ESPINACAS ECOLÓGICAS					<i>Hervido valenciano (sin judías verdes)</i>		Lentejas con ESPINACAS ECOLÓGICAS	
	2º p	Filete de abadejo rebozado casero (con harina de maíz)							<i>Magro con ajetes</i>	
22	1er p	Ensalada campera (con patata, hortalizas, huevo, atún y olivas)				<i>Ensalada campera (sin huevo)</i>		Ensalada campera (con patata, hortalizas, huevo, atún y olivas)		<i>Ensalada campera (sin atún)</i>
	2º p	Muslo de pollo al horno con judías verdes					<i>Muslo de pollo al horno con guarnición de verduras</i>		Muslo de pollo al horno con judías verdes	
23	1er p	Macarrones "sin gluten" con tomate y calabacín								
	2º p	Filete de merluza en salsa mery (al horno con ajo y perejil)							<i>Pechuga de pollo en su jugo</i>	
24	1er p	Alubias con verduras					<i>Crema de zanahoria</i>		Alubias con verduras	
	2º p	Tortilla de patata				<i>Jamón serrano y queso</i>		Tortilla de patata		
25	1er p	Arroz con tomate								
	2º p	Longanizas en salsa de cebolla (carne de cerdo al horno)		<i>Lomo en salsa de cebolla (al horno)</i>						
28	1er p	Macarrones "sin gluten" salteados con hortalizas								
	2º p	Filete de merluza rebozado casero (con harina de maíz)							<i>Muslo de pollo asado</i>	
29	1er p	Potaje de garbanzos con verduras					<i>Crema de patata y zanahoria</i>		Potaje de garbanzos con verduras	
	2º p	Tortilla de calabacín				<i>Magro con hortalizas</i>		Tortilla de calabacín		
30	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	Hamburguesa de ave con pisto (al horno con tomate y hortalizas)		<i>Pechuga de pollo con pisto (al horno con tomate y hortalizas)</i>						
31	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.

