MENÚ FEBRERO 2020

BÉTICA MUDARRA

DÍA	PLATOS	ALERGIAS/INTOLERANCIAS ALIMENTARIAS MÁS COMUNES EN LA POBLACIÓN[1]: CELIACO	AL.FRUTOS SECOS/CACAHUETE	AL.SOJA	AL.LECHE Y DERIVADOS (INCLUYE LACTOSA)	AL.HUEVO	AL. LEGUMBRES (INCLUYE SOJA)	AL.MARISCO-MOLUSCOS	AL.PESCADO
3	1er p	Crema de patata y puerro							
	2º p	Pechuga de pollo a la plancha							
4	1er p	Macarrones "sin gluten" italiana (con tomate)(sin queso)							
	2º p	Merluza al vapor con menestra de verduras					***Merluza al vapor con guarnición de verduras***	Merluza al vapor con menestra de verduras	***Magro con ajetes***
5	1er p	Arroz con verduras							
	2º p	Lomo asado							
6	1er p	Garbanzos a la jardinera (con hortalizas)					***Hervido (patata, zanahoria y cebolla)***	Garbanzos a la jardinera (con hortalizas)	
	2º p	Tortilla de patata con rodaja de tomate natural				***Muslo de pollo al horno***	Tortilla de patata con rodaja de tomate natural		
7	1er p	Fideos "sin gluten" a la cazuela con magro							
	2º p	Fogonero en salsa mery (al horno con ajo y perejil)							***Pechuga de pavo al limón***
10	1er p	Lentejas con verduras					***Hervido (patata, zanahoria y cebolla)***	Lentejas con verduras	
	2º p	Pechuga de pollo en salsa de cebolla con verduras rehogadas (al horno)							
11	1er p	Macarrones "sin gluten" con tomate y calabacín							
	2º p	Merluza al caldo corto							***Lomo rustido***
12	1er p	Crema de patata							
	2º p	Muslo de pollo al chilindrón con zanahoria (al horno con salsa de hortalizas)							
13	1er p	Alubias a la jardinera (con hortalizas)					***Hervido (patata, zanahoria y cebolla)***	Alubias a la jardinera (con hortalizas)	
	2º p	Tortilla española (con patata y cebolla)				***Pechuga de pavo a la plancha***	Tortilla española (con patata y cebolla)		
14	1er p	Arroz con pescado (con merluza, calamar y gamba)						***Arroz con setas***	
	2º p	Magro con tomate							

(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, champiñon, naba, 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: En el caso de celíacos en combinación con otras alergias, para las cuales la base de pizza "sin gluten" NO es APTA (ejemplo, celiaco y alérgico a la soja), será sustituida por un cárnico libre de alérgenos.

MENÚ FEBRERO 2020

BÉTICA MUDARRA

		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	Sopa de ave con fideos "sin gluten"							
	2º p	Lomo al horno con guisantes					***Lomo al horno con guarnición de verduras***	Lomo al horno con guisantes	
18	1er p	Garbanzos con verduras					***Hervido (patata, zanahoria y cebolla)***	Garbanzos con verduras	
	2º p	Tortilla de patata y calabacín				***Muslo de pollo asado***	Tortilla de patata y calabacín		
19	1er p	Arroz con pollo y verduras							
	2º p	Bacalao al limón con pimiento asado							***Magro con hortalizas***
20	1er p	Crema de verduras naturales							
	2º p	Pizza de atún "sin gluten" (con tomate)(sin queso)	***Pizza vegetal (con tomate)(sin queso)***						
21	1er p	Macarrones "sin gluten" napolitana (con tomate y hortalizas)(sin queso)							
	2º p	Fogonero a la plancha							***Pechuga de pavo en su jugo***
24	1er p	Lentejas a la jardinera (con hortalizas)					***Hervido (patata, zanahoria y cebolla)***	Lentejas a la jardinera (con hortalizas)	
	2º p	Pechuga de pollo en su jugo							
25	1er p	Espaguetis "sin gluten" con tomate y champiñón							
	2º p	Merluza al horno							***Muslo de pollo rustido***
26	1er p	Crema de calabacín							
	2º p	Magro con pisto (al horno con tomate y hortalizas)							
27	1er p	Arroz con pollo							
	2º p	Tortilla francesa				***Lomo al horno***	Tortilla francesa		

(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: En el caso de celíacos en combinación con otras alergias, para las cuales la base de pizza "sin gluten" NO es APTA (ejemplo, celiaco y alérgico a la soja), será sustituida por un cárnico libre de alérgenos.