

ALERGIAS / INTOLERANCIAS

DIA	PLATOS	CELIACO	LACTOSA Y APLV	AL. HUEVO	SIN CARNE	AL. PESCADO / MARISCO	AL. FRUTOS SECOS / CACAHUETE	AL. LEGUMBRES (INCLUYE SOJA)	COLESTEROL
1	1º	Guisado de pollo s/g	Guisado de pollo s/lpv	Guisado de pollo s/h	Guisado de verduras y hortalizas	Guisado de albóndigas s/pm	Guisado de pollo s/fsc	Guisado de pollo s/leg	Guisado de verduras y hortalizas
	2º	Tortilla francesa con tomate natural	Tortilla francesa con tomate natural s/lpv	Pescado a la plancha con tomate natural	Tortilla francesa con tomate natural	Tortilla francesa con tomate natural s/pm	Tortilla francesa con tomate natural s/fsc	Tortilla francesa con tomate natural s/leg	Tortilla francesa con tomate natural
2	1º	Sopa de fideos s/gl	Sopa de fideos s/lpv	Sopa de fideos s/h	Sopa de fideos	Sopa de fideos s/pm	Sopa de fideos s/fsc	Sopa de fideos s/leg	Sopa de fideos
	2º	Carne, verdura y garbanzos del cocido s/g	Pollo, verdura y garbanzos del cocido s/lpv	Carne, verdura y garbanzos del cocido s/h	Verdura y garbanzos del cocido	Carne, verdura y garbanzos del cocido s/pm	Carne, verdura y garbanzos del cocido s/fsc	Carne, verdura del cocido, sin legumbres	Carne no grasa, verdura y garbanzos del cocido
3	1º								
	2º								
4	1º	Arroz rossejat s/gl no embutidos	Arroz rossejat s/lpv cuidado embutido	Arroz rossejat s/h	Arroz con verdura y garbanzos	Arroz rossejat s/pm	Arroz rossejat s/fsc	Arroz con verdura no legumbres, no garbanzos	Arroz con verdura y garbanzos
	2º	Tosta s/gl de queso	Tosta de jamon cocido s/lpv	Tosta de queso s/h	Tosta de queso	Tosta de queso s/pm	Tosta de queso s/fsc	Tosta de queso s/leg	Tosta de queso
5	1º	Espirales sin gluten con tomate y brócoli	Espirales con tomate y brócoli s/lpv	Espirales con tomate y brócoli s/h	Espirales con tomate y brócoli	Espirales con tomate y brócoli s/pm	Espirales con tomate y brócoli s/fsc	Espirales con tomate y brócoli s/leg	Espirales con tomate y brócoli
	2º	Pechuga de pollo con pisto	Pechuga de pollo con pisto	Pechuga de pollo con pisto	Pescado plancha con pisto	Pechuga de pollo con pisto	Pechuga de pollo con pisto	Pechuga de pollo con pisto	Pechuga de pollo con pisto
6	<b>FIN DE SEMANA</b>								
7	<b>FIN DE SEMANA</b>								
8	1º	Macarrones sin gluten con tomate y verduras s/gl	Macarrones con tomate y verduras s/lpv	Macarrones s/h con tomate y verduras	Macarrones con tomate y verduras	Macarrones con tomate y verduras	Macarrones con tomate y verduras	Macarrones con tomate y verduras	Macarrones con tomate y verduras
	2º	Rape en salsa mery con zanahoria	Rape en salsa mery con zanahoria	Rape en salsa mery con zanahoria	Rape en salsa mery con zanahoria	Muslo de pollo plancha con zanahoria	Rape en salsa mery con zanahoria	Rape en salsa mery con zanahoria	Rape en salsa mery con zanahoria
9	1º	Guisado de patata con pescado	Guisado de patata con pescado	Guisado de patata con pescado	Guisado de patata con pescado	Guisado de patata con PAVO	Guisado de patata con pescado	Guisado de patata con pescado	Guisado de patata con pescado
	2º	Pollo al horno con salsa de naranja	Pollo al horno con salsa de naranja	Pollo al horno con salsa de naranja	Huevo revuelto	Pollo al horno con salsa de naranja	Pollo al horno con salsa de naranja	Pollo al horno con salsa de naranja	Pollo al horno con salsa de naranja
10	1º	Potaje de garbanzos con verduras s/g	Potaje de garbanzos con verduras s/lpv	Garbanzos con verduras s/h	Potaje de garbanzos con verduras	Potaje de garbanzos con verduras s/pm	Potaje de garbanzos con verduras s/fs	Puré de verduras s/leg	Potaje de garbanzos con verduras
	2º	Tortilla francesa con bastones de boniato s/g	Tortilla francesa con bastones de boniato s/lpv	Bastones de boniato al horno con jamón cocido s/h	Tortilla francesa con bastones de boniato	Tortilla francesa con bastones de boniato	Tortilla francesa con bastones de boniato	Tortilla francesa con bastones de boniato	Tortilla francesa con bastones de boniato
11	1º	Paella de costillas y ajos tiernos s/g	Paella de costillas y ajos tiernos s/lpv	Paella de costillas y ajos tiernos s/h	Paella de verduras	Paella de costillas y ajos tiernos s/pm	Paella de costillas y ajos tiernos s/fs	Paella de costillas y ajos tiernos s/leg	Paella de verduras
	2º	Pollo a la plancha	Pollo a la plancha	Pollo a la plancha	Nuggets de pescado	Pollo a la plancha	Pollo a la plancha	Pollo a la plancha	Pollo a la plancha
12	1º	Crema de zanahoria, calabacín y alubias blancas	Crema SIN LÁCTEOS de zanahoria, calabacín y alubias blancas	Crema de zanahoria, calabacín y alubias blancas	Crema de zanahoria, calabacín y alubias blancas	Crema de zanahoria, calabacín y alubias blancas	Crema de zanahoria, calabacín y alubias blancas	Crema de zanahoria, calabacín (sin alubias)	Crema de zanahoria, calabacín y alubias blancas
	2º	Hamburguesa SIN GLUTEN con tomate y queso	Hamburguesa SIN LACTOSA con tomate	Hamburguesa con tomate y queso s/h	Tortilla de patata con tomate y queso	Hamburguesa con tomate y queso s/pm	Hamburguesa con tomate y queso s/fsc	Hamburguesa con tomate y queso s/leg	Hamburguesa con tomate natural y lechuga
13	<b>FIN DE SEMANA</b>								
14	<b>FIN DE SEMANA</b>								

MES: Febrero 2021

CEIP VIRGEN DEL ROSARIO

DIA	PLATOS	CELIACO	LACTOSA Y APLV	AL. HUEVO	SIN CARNE	AL. PESCADO / MARISCO	AL. FRUTOS SECOS / CACAHUETE	AL. LEGUMBRES (INCLUYE SOJA)	COLESTEROL
15	1º	Arroz a banda s/g	Arroz a banda s/lpv	Arroz a banda s/h	Arroz a banda	Arroz con POLLO s/pm	Arroz a banda s/fs	Arroz a banda s/leg	Arroz a banda
	2º	Jamón york y queso s/g	Pan con aceite y jamón york s/lpv	Jamón york y queso s/h	Pan con aceite y queso	Jamón york y queso s/pm	Jamón york y queso s/fs	Jamón york y queso s/leg	Queso fresco con tomate aliñado
16	1º	Lentejas de verduras s/g	Lentejas de verduras s/lpv	Lentejas de verduras s/h	Lentejas de verduras	Lentejas de verduras s/pm	Lentejas de verduras s/fsc	Hervido verdura SIN LEGUM.	Lentejas de verduras
	2º	Tortilla de patata y cebolla	Tortilla de patata y cebolla	Pescado encebollado	Tortilla de patata y cebolla	Tortilla de patata y cebolla	Tortilla de patata y cebolla	Tortilla de patata y cebolla	Pescado encebollado
17	1º	Tallarines con boloñesa vegetal s/g	Tallarines con boloñesa vegetal s/lpv	Tallarines con boloñesa vegetal s/h	Tallarines con boloñesa vegetal	Tallarines con boloñesa vegetal s/pm	Tallarines con boloñesa vegetal s/fs	Tallarines con verduras SIN SOJA	Tallarines con boloñesa vegetal
	2º	Bacalao con judías verdes s/g	Bacalao con judías verdes s/lpv	Bacalao con judías verdes s/h	Bacalao con judías verdes	Magro con judías verdes s/pm	Bacalao con judías verdes s/fs	Bacalao con calabacín	Bacalao con judías verdes
18	1º	Olla de la plana sin alérgenos	Olla de la plana sin alérgenos	Olla de la plana sin alérgenos	Olla de la plana solo de verduras	Olla de la plana sin alérgenos	Olla de la plana sin alérgenos	Olla de la plana solo de verduras	Olla de la plana sin alérgenos
	2º	Coca salada pimiento y atún s/gl	Coca salada pimiento y atún s/lpv	Coca salada pimiento y atún s/h	Coca salada pimiento y atún	Coca salada vegetal s/pm	Coca salada pimiento y atún s/fsc	Coca salada pimiento y atún s/leg	Coca salada pimiento y atún
19	1º	Sopa de pescado sin gluten	Sopa de pescado s/lpv	Sopa de pescado s/h	Sopa de pescado	Sopa de AVE s/pm	Sopa de pescado s/fsc	Sopa de pescado s/leg	Sopa de pescado
	2º	Pollo con patatas s/g	Pollo con patatas s/lpv	Pollo con patatas s/h	Patata gratinada	Pollo con patatas s/pm	Pollo con patatas	Pollo con patatas	Pollo con patatas
20	<b>FIN DE SEMANA</b>								
21	<b>FIN DE SEMANA</b>								
22	1º	Crema de verduras de temporada	Crema SIN LÁCTEO de verduras de temporada	Crema de verduras de temporada	Crema de verduras de temporada	Crema de verduras de temporada	Crema de verduras de temporada	Crema de verduras de temporada SIN LEG.	Crema de verduras de temporada
	2º	Lomo con verduras	Lomo con verduras s/lpv	Lomo con verduras s/h	Tortilla con verduras	Lomo con verduras s/pm	Lomo con verduras s/fsc	Lomo con verduras s/leg	Lomo con verduras
23	1º	Garbanzos con espinacas s/g	Garbanzos con espinacas s/lpv	Garbanzos con espinacas s/h	Garbanzos con espinacas	Garbanzos con espinacas s/pm	Garbanzos con espinacas s/fsc	Hervido de verduras SIN LEGUMBRE	Garbanzos con espinacas
	2º	Tortilla de atún	Tortilla de atún	Tosta con atún gratinada al horno, sin huevo	Tortilla de atún	Tortilla de patata	Tortilla de atún	Tortilla de atún sin legumbres	Tortilla de atún
24	1º	Guisado de patata con verdura	Guisado de patata con verdura	Guisado de patata con verdura	Guisado de patata con verdura	Guisado de patata con verdura	Guisado de patata con verdura	Guisado de patata con verdura s/legumbres	Guisado de patata con verdura
	2º	Bacalao al horno	Bacalao al horno	Bacalao al horno	Albóndigas de bacalao	Pechuga plancha	Bacalao al horno	Bacalao al horno	Bacalao al horno
25	1º	Arroz a la cubana con huevo duro s/gl	Arroz a la cubana con huevo duro s/lpv	Arroz con tomate SIN HUEVO	Arroz a la cubana con huevo duro	Arroz a la cubana con huevo duro s/pm	Arroz a la cubana con huevo duro s/fsc	Arroz a la cubana con huevo duro s/leg	Arroz a la cubana con huevo duro
	2º	Tosta s/gl de queso	Tosta de jamon cocido s/lpv	Tosta de queso s/h	Tosta de queso	Tosta de queso s/pm	Tosta de queso s/fsc	Tosta de queso s/leg	Tosta de queso
26	1º	Macarrones integrales sin gluten con salsa de verduras	Macarrones integrales con salsa de verduras s/lpv	Macarrones integrales con salsa de verduras s/h	Macarrones integrales con salsa de verduras	Macarrones integrales con salsa de verduras s/pm	Macarrones integrales con salsa de verduras s/fsc	Macarrones integrales con salsa de verduras s/leg	Macarrones integrales con salsa de verduras
	2º	Merluza con guisantes s/g	Merluza con guisantes s/lpv	Merluza con guisantes s/h	Merluza en salsa con guisantes	Pavo plancha con guisantes	Merluza con guisantes s/fsc	Merluza al horno con pimiento	Merluza con guisantes
<p><b>Nota 1:</b> Los menús especiales para alergias e intolerancias siguen la misma composición del menú escolar (entrante, primer plato, segundo plato, postre, pan y agua). Se elaboran adaptando sus correspondientes alergias / intolerancias. En cocina se realiza el tratamiento correspondiente para este tipo de menús tanto en su elaboración, preparación, etc.</p> <p><b>Nota 2:</b> Si hubiera otra alergia o intolerancia de cualquier tipo de alimento, la cocinera se encargará de eliminar o sustituir dicho ingrediente que cause alergia o intolerancia por otro equivalente nutricionalmente.</p> <p><b>Nota 3:</b> La cocinera tendrá que revisar el etiquetado de los diferentes productos alimenticios con los que trabaja para asegurar que estén exentos de toda alergia o intolerancia.</p> <p><b>Nota 4:</b> Las ensaladas estarán compuestas por ingredientes aptos para las alergias del centro e irán variando entre: lechuga, zanahoria, maíz, aceitunas (ver si alérgenos), cebolla y tomate</p>									