

MENÚ PARA 2º CICLO DE E. INFANTIL NIVEL 3, 4, 5: ADAPTACIONES, INGREDIENTES Y ALÉRGENOS

Para más información sobre los contenidos de los diferentes platos puede dirigirse a la Secretaría del centro.

En la tabla se reflejan los platos de referencia del menú general, las adaptaciones realizadas para este nivel de E. Infantil si se requiere, así como las adaptaciones para evitar los principales alérgenos.

En caso de otras alergias o multi alergias, en el centro le ofrecerán información al respecto.

También dispone de información al final de este documento.

TIPO	PLATO	ADAPTACIÓN	INGREDIENTES PRINCIPALES	GLUTEN	HUEVO	LECHE	PESCADO	LEGUMBRES
Primer plato	Acelgas con patatas rehogadas	Crema de acelgas (Infantil)	acelgas, zanahorias, puerros, calabacines, judías verdes, patatas, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	sin judías verdes
Primer plato	Alubias (judías) blancas con chorizo	x	judías blancas, ajo, cebolla, zanahorias, magro, bacón, chorizo, patatas, tomate frito, pimentón dulce, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	sin judías blancas, depende de la adaptación al menú general
Primer plato	Arroz a la griega	x	arroz, ajo, champiñones, guisantes, pimiento rojo, pimiento verde, magro, salchichas frescas y Frankfurt, guisantes, tomate frito, fondo blanco, perejil, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	x
Primer plato	Arroz a la milanesa	x	arroz, ajo, champiñones, bacón, paleta york, queso rallado, tomate frito, fondo blanco, perejil, colorante, aceite de oliva virgen extra	x	sin producto con huevo	arroz con tomate/arroz con pollo	x	x
Primer plato	Arroz con pollo	x	arroz, pimiento verde, pimiento rojo, zanahorias, ragout de pollo, fondo blanco, colorante, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	x
Primer plato	Arroz con tomate	x	arroz, cebolla, ajo, salsa de tomate, fondo blanco, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	x
Primer plato	Arroz con verduras	x	arroz, ajo, calabacines, champiñones, pimiento morrón, zanahorias, guisantes, judías verdes, fondo blanco, tomate frito, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	sin judías verdes/guisantes
Primer plato	Arroz Pilaw con brócoli, jamón york y bacón	x	arroz Pilaw, brócoli, ajo, paleta york, bacón, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	x
Primer plato	Arroz tres delicias	x	arroz, bacón, gambas, ajo, zanahorias, guisantes, tortilla francesa, fondo blanco, tomate frito, colorante, aceite de oliva virgen extra	x	sin huevo	x	x	sin guisantes
Primer plato	Brócoli gratinado	x	brócoli, ajo, salsa bechamel, queso rallado hilo, bacón, paleta york, aceite de oliva virgen extra	x	sin producto con huevo	brócoli rehogado	x	x
Primer plato	Brócoli rehogado	x	brócoli, ajo, jamón serrano, paleta york, bacón, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	x
Primer plato	Champiñón salteado con jamón serrano	Crema de champiñones	champiñones, calabacines, puerros, zanahorias, patatas, arroz, pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	x
Primer plato	Coliflor gratinada	x	coliflor, salsa bechamel, queso rallado hilo, bacón, paleta york, aceite de oliva virgen extra	x	sin producto con huevo	coliflor rehogada	x	x
Primer plato	Coliflor rehogada	x	coliflor, ajo, jamón serrano, paleta york, bacón, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	x
Primer plato	Corazones de alcachofa con jamón serrano	Crema de alcachofas	alcachofas, calabacines, calabaza, puerros, zanahorias, nabos, patatas, queso barra-nata, nata líquida, pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra	x	sin producto con huevo	sin lácteos	x	x
Primer plato	Crema de acelgas (Infantil)	Crema de acelgas (Infantil)	acelgas, zanahorias, puerros, calabacines, judías verdes, patatas, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	sin judías verdes
Primer plato	Crema de alcachofas	x	alcachofas, calabacines, calabaza, puerros, zanahorias, nabos, patatas, queso barra-nata, nata líquida, pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra	x	sin producto con huevo	sin lácteos	x	x
Primer plato	Crema de brócoli	x	brócoli, calabacines, calabaza, puerros, zanahorias, nabos, patatas, queso barra-nata, nata líquida, pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra	x	sin producto con huevo	sin lácteos	x	sin judías verdes
Primer plato	Crema de calabacines	x	calabacines, calabaza, puerros, zanahorias, nabos, patatas, queso barra-nata, nata líquida, pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra	x	sin producto con huevo	sin lácteos	x	x
Primer plato	Crema de calabaza	x	calabaza, calabacines, puerros, zanahorias, nabos, patatas, queso barra-nata, nata líquida, pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra	x	sin producto con huevo	sin lácteos	x	x
Primer plato	Crema de champiñones	x	champiñones, calabacines, puerros, zanahorias, patatas, arroz, pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	x
Primer plato	Crema de coliflor	x	coliflor, calabacines, calabaza, puerros, zanahorias, judías verdes, nabos, patatas, queso barra-nata, nata líquida, pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra	x	sin producto con huevo	sin lácteos	x	sin judías verdes
Primer plato	Crema de espárragos	x	espárragos blancos tallos, calabacines, puerros, nabos, patatas, arroz, nata líquida, queso barra-nata, pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra	x	sin producto con huevo	sin lácteos	x	x
Primer plato	Crema de espinacas	x	espinacas, calabacines, calabaza, puerros, zanahorias, nabos, patatas, nata líquida, queso barra-nata, pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra	x	sin producto con huevo	sin lácteos	x	x
Primer plato	Crema de guisantes	x	guisantes, judías verdes, calabacines, puerros, zanahorias, patatas, nabos, nata líquida, queso barra-nata, pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra	x	sin producto con huevo	sin lácteos	x	sin judías verdes/guisantes
Primer plato	Crema de verduras	x	calabacines, calabaza, coliflor, puerros, nabos, zanahorias, guisantes, judías verdes, patatas, brócoli, nata líquida, queso barra-nata, pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra	x	sin producto con huevo	sin lácteos	x	sin judías verdes/guisantes
Primer plato	Crema de zanahorias	x	zanahorias, calabacines, calabaza, puerros, nabos, patatas, nata líquida, queso barra-nata, pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra	x	sin producto con huevo	sin lácteos	x	x
Primer plato	Crema Solferino	x	tomate natural triturado, calabacines, calabaza, puerros, zanahorias, nabos, patatas, arroz, pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	x
Primer plato	Ensalada alemana de patata	Ensalada alemana de patata (Infantil)	patatas, aceitunas negras, huevo duro, salchichas Frankfurt, paleta york, aceite de oliva virgen extra	x	sin huevo	x	x	x

MENÚ PARA 2º CICLO DE E. INFANTIL NIVEL 3, 4, 5: ADAPTACIONES, INGREDIENTES Y ALÉRGENOS

Para más información sobre los contenidos de los diferentes platos puede dirigirse a la Secretaría del centro.

En la tabla se reflejan los platos de referencia del menú general, las adaptaciones realizadas para este nivel de E. Infantil si se requiere, así como las adaptaciones para evitar los principales alérgenos.

En caso de otras alergias o multi alergias, en el centro le ofrecerán información al respecto.

También dispone de información al final de este documento.

TIPO	PLATO	ADAPTACIÓN	INGREDIENTES PRINCIPALES	GLUTEN	HUEVO	LECHE	PESCADO	LEGUMBRES
Primer plato	Ensalada campera	Ensalada campera (Infantil)	patatas, huevo duro, atún en aceite, aceitunas negras, aceite de oliva virgen extra	x	sin huevo	x	sin pescado	x
Primer plato	Ensalada de arroz	Ensalada de arroz (Infantil)	arroz, cebolla, ajo, salsa de tomate, fondo blanco, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	x
Primer plato	Ensalada de ave	Sopa de ave con pasta/de picadillo	pasta (estrellitas, fideos, letras), pechuga de pollo, paleta york, huevo duro, fondo blanco, tomate frito, colorante (opcional)	sin gluten	pasta y sin huevo	x	x	x
Primer plato	Ensalada de garbanzos	x	garbanzos, pechuga de pollo, maíz dulce, cebolletas, tomate, aceitunas negras, tortilla francesa, paleta york, cominos, aceite de oliva virgen extra	x	sin huevo	x	x	sin garbanzos, depende de la adaptación al menú general
Primer plato	Ensalada de verano	Ensalada de pasta (Infantil)	pasta fusilli tricolor, aceitunas negras, paleta york, pechuga de pollo, maíz dulce, tomate cereza, aceite de oliva virgen extra	sin gluten	pasta sin huevo	x	x	x
Primer plato	Ensaladilla rusa	Ensalada campera (Infantil)	patatas, huevo duro, atún en aceite, aceitunas negras, aceite de oliva virgen extra	x	sin huevo	x	sin pescado	x
Primer plato	Ensaladilla rusa	Patatas guisadas con pescado (Infantil)	patatas, merluza, ajo, cebolla, zanahorias, caldo, colorante, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	sin pescado	x
Primer plato	Espaguetis a la carbonara	x	pasta espagueti, cebolla, ajo, bacón, nata, yemas de huevo, leche, mantequilla, harina, queso rallado, aceite de oliva virgen extra	sin gluten	Espaguetis con tomate	Espaguetis con tomate	x	x
Primer plato	Espinacas a la crema	x	espinacas, salsa bechamel, queso rallado hilo, bacón, paleta york, aceite de oliva virgen extra	sin gluten	con queso rallado sin huevo	Crema de espinacas	x	x
Primer plato	Estofado de verduras con pollo y patatas	Estofado de verduras (macedonia) con pollo y patatas	macedonia de verduras, ajo, cebolla, pimiento rojo, pimiento verde, patatas, ragout de pollo, tomate frito, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	sin judías verdes/guisantes
Primer plato	Fideuá de verduras	x	pasta fideuá, pimiento rojo y verde, ajo, judías verdes, calabacines, zanahorias, champiñones, colorante, tomate frito, fondo blanco, aceite de oliva virgen extra	sin gluten	pasta sin huevo	x	x	sin judías verdes
Primer plato	Fideuá mixta	x	pasta fideuá, ajo, pimientos, guisantes, gambas, cinta de lomo cerdo, ragout de pollo, tomate frito, condimento azafranado, fondo blanco, aceite de oliva virgen extra	sin gluten	pasta sin huevo	x	x	sin guisantes
Primer plato	Gazpacho andaluz	x	tomate, pepino, pimiento rojo y/o verde, cebolla o cebolleta, ajo, pan, agua, comino (opcional), vinagre, aceite de oliva virgen extra	sin gluten	x	x	x	x
Primer plato	Guisantes con jamón	Crema de guisantes	guisantes, judías verdes, calabacines, puerros, zanahorias, patatas, nabos, nata líquida, queso barra-nata, pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra	x	sin producto con huevo	sin lácteos	x	sin judías verdes/guisantes, depende de la adaptación al menú general
Primer plato	Judías (alubias) blancas con verduras y huevo	x	judías blancas, ajo, cebolla, calabacines, judías verdes, huevo duro, pimiento rojo, pimiento verde, zanahorias, patatas, pimentón dulce, tomate frito, aceite de oliva virgen extra	x	sin huevo	x	x	sin judías blancas/verdes, depende de la adaptación al menú general
Primer plato	Judías (alubias) blancas estofadas	x	judías blancas, ajo, cebolla, zanahorias, patatas, magro, bacón, chorizo, pimentón dulce, tomate frito, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	sin judías blancas, depende de la adaptación al menú general
Primer plato	judías (alubias) pintas con arroz	x	judías pintas, ajo, cebolla, zanahorias, arroz, patatas, magro, bacón, chorizo, pimentón dulce, tomate frito, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	sin judías pintas, depende de la adaptación al menú general
Primer plato	judías (alubias) pintas estofadas	x	judías pintas, ajo, cebolla, patatas, zanahorias, magro, bacón, chorizo, pimentón dulce, tomate frito, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	sin judías pintas, depende de la adaptación al menú general
Primer plato	Judías verdes con jamón	x	judías verdes, jamón serrano, ajo, tomate frito, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	sin judías verdes, verduras no legumbre
Primer plato	Judías verdes con patatas cocidas	x	judías verdes, patatas, ajo, bacón, paleta york, tomate frito, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	sin judías verdes, verduras no legumbre
Primer plato	Judías verdes con tomate	x	judías verdes, ajo, bacón, paleta york, tomate frito, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	sin judías verdes, verduras no legumbre
Primer plato	Judías verdes rehogadas	x	judías verdes, ajo, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	sin judías verdes, verduras no legumbre
Primer plato	Lentejas a la antigua, de la abuela, estofadas	x	lentejas, ajo, cebolla, zanahorias, patatas, chorizo, bacón, magro de cerdo, pimentón dulce, tomate frito, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	sin lentejas, depende de la adaptación al menú general
Primer plato	Lentejas campesinas	x	lentejas, ajo, calabacines, cebolla, judías verdes, zanahorias, pimiento rojo, pimiento verde, patatas, pimentón dulce, tomate frito, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	sin lentejas/judías verdes, depende de la adaptación al menú general
Primer plato	Macedonia de verduras con jamón	x	macedonia de verduras: guisantes, judías verdes, patatas, zanahorias; ajo, jamón serrano, paleta york, pimentón dulce, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	sin judías verdes/guisantes
Primer plato	Menestra de verduras	Macedonia de verduras con jamón	macedonia de verduras: guisantes, judías verdes, patatas, zanahorias; ajo, jamón serrano, paleta york, pimentón dulce, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	sin judías verdes/guisantes
Primer plato	Paella	x	arroz, ajo, pimiento morrón, pimiento rojo, pimiento verde, guisantes, gambas, magro, ragout de pollo, fondo blanco, colorante, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	x
Primer plato	Pasta boloñesa	x	pasta, ajo, cebolla, puerros, zanahorias, carne picada de cerdo y de ternera, maizena, tomate frito, aceite de oliva virgen extra	sin gluten	pasta sin huevo	x	x	x
Primer plato	Pasta a la italiana	x	pasta, ajo, cebolla, pimiento rojo, pimiento verde, bacón, chorizo, paleta york, queso rallado hilo, orégano, tomate frito, salsa bechamel, aceite de oliva virgen extra	sin gluten	pasta sin huevo	pasta con tomate	x	x

MENÚ PARA 2º CICLO DE E. INFANTIL NIVEL 3, 4, 5: ADAPTACIONES, INGREDIENTES Y ALÉRGENOS

Para más información sobre los contenidos de los diferentes platos puede dirigirse a la Secretaría del centro.

En la tabla se reflejan los platos de referencia del menú general, las adaptaciones realizadas para este nivel de E. Infantil si se requiere, así como las adaptaciones para evitar los principales alérgenos.

En caso de otras alergias o multi alergias, en el centro le ofrecerán información al respecto.

También dispone de información al final de este documento.

TIPO	PLATO	ADAPTACIÓN	INGREDIENTES PRINCIPALES	GLUTEN	HUEVO	LECHE	PESCADO	LEGUMBRES
Primer plato	Pasta a la napolitana	x	pasta, ajo, cebolla, pimiento rojo, pimiento verde, bacón, chorizo, paleta york, orégano, tomate frito, aceite de oliva virgen extra	sin gluten	pasta sin huevo	x	x	x
Primer plato	Pasta con atún y tomate	x	pasta, ajo, cebolla, atún en aceite, orégano, tomate frito, tomate natural triturado, aceite de oliva virgen extra	sin gluten	pasta sin huevo	x	pasta con tomate	x
Primer plato	Pasta con carne gratinada	x	pasta, ajo, cebolla, puerros, zanahorias, carnes picada de cerdo y de ternera, queso rallado hilo, maizena, salsa bechamel, tomate frito, aceite de oliva virgen extra	sin gluten	pasta y queso rallado sin huevo	pasta a la boloñesa	x	
Primer plato	Pasta con tomate	x	pasta, ajo, cebolla, orégano, tomate natural triturado, tomate frito, aceite de oliva virgen extra	sin gluten	pasta sin huevo	x	x	x
Primer plato	Pasta con verduras y salsa de tomate	Pasta con tomate	pasta, ajo, cebolla, orégano, tomate natural triturado, tomate frito, aceite de oliva virgen extra	sin gluten	pasta sin huevo	x	x	x
Primer plato	Pastel de verduras	Crema de verduras (varias)	ver ingredientes del tipo de crema elegido ofrecido en el menú general	x	sin producto con huevo	x	x	sin judías verdes/guisantes, depende del tipo de crema elegido
Primer plato	Pastel de verduras	Sopa de picadillo	pasta (estrellitas, fideos, letras), pechuga de pollo, paleta york, huevo duro, fondo blanco, tomate frito, caldo pollo polvo (opcional), colorante (opcional)	sin gluten	pasta y sin huevo	x	x	x
Primer plato	Patatas a la marinera	Patatas a la marinera (Infantil)	patatas, merluza, gambas, ajo, cebolla, zanahorias, pimiento rojo, pimiento verde, guisantes, pimentón dulce, colorante, perejil, caldo, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	sin pescado	sin guisantes
Primer plato	Patatas con costillas	Patatas guisadas con magro	patatas, magro de cerdo, ajo, cebolla, pimiento rojo, pimiento verde, zanahorias, guisantes, pimentón dulce, colorante, fondo blanco, tomate frito, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	sin guisantes
Primer plato	Patatas guisadas / magro	x	patatas, magro de cerdo, ajo, cebolla, pimiento rojo, pimiento verde, zanahorias, guisantes, pimentón dulce, colorante, fondo blanco, tomate frito, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	sin guisantes
Primer plato	Patatas guisadas / pescado	x	patatas, merluza, ajo, cebolla, zanahorias, guisantes, caldo, pimentón dulce, colorante, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	sin pescado	x
Primer plato	Potaje de garbanzos (Vigilia)	x	garbanzos, merluza, patatas, ajo, cebolla, zanahorias, huevo duro, pimentón dulce, tomate frito, aceite de oliva virgen extra	x	sin huevo	x	sin pescado	sin garbanzos, depende de la adaptación al menú general
Primer plato	Potaje de garbanzos estofados	x	garbanzos, patatas, ajo, cebolla, zanahorias, chorizo, magro de cerdo, bacón, tomate frito, pimentón dulce, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	sin garbanzos, depende de la adaptación al menú general
Primer plato	Salmorejo cordobés		tomate, ajo, pan, huevo (opcional), jamón serrano (opcional), pimiento rojo (opcional), vinagre (opcional), aceite de oliva virgen extra	sin gluten	sin huevo	x	x	x
Primer plato	Salteado de verduras mediterráneo	x	salteado de verduras mediterráneo, ajo, perejil, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	sin judías verdes, depende de la adaptación al menú general
Primer plato	Sopa de ave con pasta / de picadillo	x	pasta (estrellitas, fideos, letras), pechuga de pollo, paleta york, huevo duro, fondo blanco, tomate frito, caldo pollo polvo (opcional), colorante (opcional)	sin gluten	pasta y sin huevo	x	x	x
Primer plato	Sopa de pescado a la Bullabesa	Sopa de pescado con estrellitas (Infantil)	pasta estrellitas, merluza, fletán, cebolla, zanahorias, caldo de pescado, tomate frito, colorante	sin gluten	pasta sin huevo	x	x	x
Primer plato	Sopa de pescado con estrellitas (Infantil)	x	pasta estrellitas, merluza, fletán, cebolla, zanahorias, caldo de pescado, tomate frito, colorante	sin gluten	pasta sin huevo	x	x	x
Primer plato	Sopa de verdura con conchitas	Sopa de picadillo	pasta (estrellitas, fideos, letras), pechuga de pollo, paleta york, huevo duro, fondo blanco, tomate frito, caldo pollo polvo (opcional), colorante (opcional)	sin gluten	pasta y sin huevo	x	x	x
Primer plato	Sopa Juliana	Sopa de picadillo	pasta (estrellitas, fideos, letras), pechuga de pollo, paleta york, huevo duro, fondo blanco, tomate frito, caldo pollo polvo (opcional), colorante (opcional)	sin gluten	pasta y sin huevo	x	x	x
Primer plato	Tallarines tres delicias	x	pasta tallarines, zanahorias, ajo, guisantes, gambas, tortilla francesa, paleta york, aceite de oliva virgen extra	sin gluten	pasta y sin huevo	x	x	x
Primer plato	Zanahorias rehogadas con ajo y bacón	Crema de zanahorias	zanahorias, calabacines, calabaza, puerros, nabos, patatas, nata líquida, queso barra-nata, pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra	x	sin producto con huevo	sin lácteos	x	x
Segundo plato	Albóndigas a la antigua/caseras/de la abuela	x	albóndigas (vacuno/mixta), ajo, cebolla, zanahorias, guisantes, patatas dado (acompañamiento), maizena, tomate frito, fondo blanco, colorante, aceite de oliva virgen extra, aceite de girasol alto oleico	sin gluten	sin huevo	sin lácteos	x	sin guisantes/producto sin fibra de guisante o similar
Segundo plato	Atún con pisto	x	atún, verduras pisto (acompañamiento), tomate frito (pisto), aceite de oliva virgen extra	sin gluten	x	x	sin pescado, depende de la adaptación al menú general	x
Segundo plato	Bacalao a la plancha con salsa de yogur	merluza/fletán diferentes preparaciones	ver tipo preparación del plato ofrecido en el menú general	sin gluten	sin huevo	sin lácteos	sin pescado, depende de la adaptación al menú general	sin legumbres, depende de la adaptación al menú general
Segundo plato	Bocados de atún con salsa de tomate	x	bocados de atún, harina, ajo, cebolla, zanahorias, tomate, tomate natural triturado, azúcar, perejil, aceite de oliva suave, aceite de girasol alto oleico	sin gluten	x	x	sin pescado, depende de la adaptación al menú general	x
Segundo plato	Calamares a la romana	Caprichos de calamar (Infantil)	calamar rebozado, aceite de girasol alto oleico	croquetas con jamón (sin gluten)	croquetas con jamón (sin huevo)	croquetas con jamón (sin lácteos)	croquetas con jamón (sin alérgenos)	x
Segundo plato	Canelones de atún	x	canelones de atún, salsa bechamel, queso rallado hilo, tomate frito	canelones de carne (sin gluten)	albóndigas/hamburguesa (sin huevo)	albóndigas/hamburguesa (sin lácteos)	albóndigas/hamburguesa	x
Segundo plato	Canelones de carne	x	canelones de carne, salsa bechamel, queso rallado hilo, tomate frito	canelones de carne (sin gluten)	albóndigas/hamburguesa (sin huevo)	albóndigas/hamburguesa (sin lácteos)	x	x

MENÚ PARA 2º CICLO DE E. INFANTIL NIVEL 3, 4, 5: ADAPTACIONES, INGREDIENTES Y ALÉRGENOS

Para más información sobre los contenidos de los diferentes platos puede dirigirse a la Secretaría del centro.

En la tabla se reflejan los platos de referencia del menú general, las adaptaciones realizadas para este nivel de E. Infantil si se requiere, así como las adaptaciones para evitar los principales alérgenos.

En caso de otras alergias o multi alergias, en el centro le ofrecerán información al respecto.

También dispone de información al final de este documento.

TIPO	PLATO	ADAPTACIÓN	INGREDIENTES PRINCIPALES	GLUTEN	HUEVO	LECHE	PESCADO	LEGUMBRES
Segundo plato	Chuleta de cerdo a la plancha	Cinta de lomo a la plancha	cinta de lomo de cerdo, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	x
Segundo plato	Chuleta de Sajonia a la plancha	Cinta de Sajonia a la plancha	cinta de Sajonia, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	x
Segundo plato	Cinta de lomo al ajillo al horno	x	cinta de lomo de cerdo al ajillo, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	x
Segundo plato	Cinta de lomo fresca/ajillo/adobada empanada	x	cinta de lomo de cerdo, harina, huevo líquido, pan rallado, aceite de oliva alto oleico	sin gluten	sin huevo	x	x	x
Segundo plato	Cinta de lomo/fresca/adobada a la plancha-asada	x	cinta de lomo de cerdo, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	x
Segundo plato	Cinta de lomo/fresca/adobada a la plancha-asada	Cinta de lomo fresca/adobada empanada	cinta de lomo de cerdo, harina, huevo líquido, pan rallado, aceite de girasol alto oleico	sin gluten	sin huevo	x	x	x
Segundo plato	Croquetas con jamón	x	croquetas con jamón, aceite de girasol alto oleico	croquetas con jamón (sin gluten)	croquetas con jamón (sin huevo)	croquetas con jamón (sin lácteos)	x	x
Segundo plato	Delicias de jamón y queso	x	delicias de jamón y queso, aceite de girasol alto oleico	croquetas con jamón (sin gluten)	croquetas con jamón (sin huevo)	croquetas con jamón (sin lácteos)	x	x
Segundo plato	Empanadillas de atún	x	empanadillas de atún, aceite de girasol alto oleico	sin gluten	croquetas con jamón (sin huevo)	x	croquetas con jamón (sin alérgenos)	x
Segundo plato	Escalope de ternera empanado	x	filete de ternera, harina, huevo líquido, pan rallado, ajo, perejil, aceite de girasol alto oleico	sin gluten	sin huevo	x	x	x
Segundo plato	Estofado de cerdo	Cinta de lomo al ajillo	cinta de lomo de cerdo al ajillo, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	x
Segundo plato	Estofado de cerdo	Cinta de lomo a la plancha-asada	cinta de lomo de cerdo, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	x
Segundo plato	Estofado de cerdo	cinta de lomo empanada	cinta de lomo de cerdo, harina, huevo líquido, pan rallado, aceite de girasol alto oleico	sin gluten	sin huevo	x	x	x
Segundo plato	Filete de pavo a la plancha-asado	Filete de pollo a la plancha-asado	filete de pollo, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	x
Segundo plato	Filete de pavo braseado a la plancha	x	filete de pavo braseado, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	x
Segundo plato	Filete de pavo empanado	Filete de pollo empanado	filete de pollo, harina, huevo líquido, pan rallado, ajo, perejil, aceite de girasol alto oleico	sin gluten	sin huevo	x	x	x
Segundo plato	Filete de pollo a la plancha-asado	x	filete de pollo, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	x
Segundo plato	Filete de pollo empanado	x	filete de pollo, harina, huevo líquido, pan rallado, ajo, perejil, aceite de girasol alto oleico	sin gluten	sin huevo	x	x	x
Segundo plato	Filete de ternera a la plancha	Hamburguesa a la plancha	hamburguesa (vacuno), aceite de oliva virgen extra	sin gluten	sin huevo	x	x	producto sin fibra de guisante o similar
Segundo plato	Filete de ternera a la plancha	Escalope de ternera empanado	filete de ternera, harina, huevo líquido, pan rallado, ajo, perejil, aceite de girasol alto oleico	sin gluten	sin huevo	x	x	x
Segundo plato	Filete de ternera a la milanesa	x	filete de ternera, harina, huevo líquido, pan rallado, queso rallado, aceite de girasol alto oleico	sin gluten	filete de ternera empanado (sin huevo)	filete de ternera empanado	x	x
Segundo plato	Filete ruso	x	hamburguesa, harina, huevo líquido, pan rallado, ajo, perejil, aceite de girasol alto oleico	sin gluten	sin huevo	x	x	producto sin fibra de guisante o similar
Segundo plato	Fletán empanado	x	fletán, harina, huevo líquido, pan rallado, ajo, perejil, aceite de girasol alto oleico	sin gluten	sin huevo	x	sin pescado, depende de la adaptación al menú general	x
Segundo plato	Hamburguesa de salmón a la plancha	x	hamburguesa (salmón), aceite de oliva virgen extra	x	x	salmón a la plancha	sin pescado, depende de la adaptación al menú general	x
Segundo plato	Hamburguesa (de vacuno) a la plancha	x	hamburguesa (vacuno), aceite de oliva virgen extra	sin gluten	sin huevo	sin lácteos	x	producto sin fibra de guisante o similar
Segundo plato	Huevos revueltos con jamón y tomate	x	huevo líquido, nata líquida, paleta york, tomate frito, aceite de girasol alto oleico	sin gluten	sin huevo, depende de la adaptación al menú general	sin lácteos	x	x
Segundo plato	Jamoncitos de pollo al chilindrón	(Ragout de pollo) al chilindrón	ragout de pollo, ajo, cebolla, pimiento rojo, pimiento verde, jamón serrano, tomate frito, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	x
Segundo plato	Lasaña de carne	Albóndigas (...)	albóndigas (vacuno-mixta), ajo, cebolla, zanahorias, puerros, guisantes, patatas dado (acompañamiento), maizena, tomate frito, fondo blanco, colorante alimentario, aceite de oliva virgen extra, aceite de oliva alto oleico	albóndigas (sin gluten)	albóndigas (sin huevo)	albóndigas (sin lácteos)	x	sin guisantes/producto sin fibra de guisante o similar
Segundo plato	Lomo asado en su jugo	x	cinta de lomo de cerdo, ajo, cebolla, puerros, tomate, zanahorias, maizena, tomate natural triturado, pimienta, aceite de oliva virgen extra	(sin gluten)	x	x	x	x

MENÚS PARA 2º CICLO DE E. INFANTIL NIVEL 3, 4, 5: ADAPTACIONES, INGREDIENTES Y ALÉRGENOS

Para más información sobre los contenidos de los diferentes platos puede dirigirse a la Secretaría del centro.

En la tabla se reflejan los platos de referencia del menú general, las adaptaciones realizadas para este nivel de E. Infantil si se requiere, así como las adaptaciones para evitar los principales alérgenos.

En caso de otras alergias o multi alergias, en el centro le ofrecerán información al respecto.

También dispone de información al final de este documento.

TIPO	PLATO	ADAPTACIÓN	INGREDIENTES PRINCIPALES	GLUTEN	HUEVO	LECHE	PESCADO	LEGUMBRES
Segundo plato	Medallón empanado de merluza y surimi	x	medallón de merluza y surimi, harina, huevo, pan rallado, ajo, perejil, aceite de girasol alto oleico	sin gluten, depende de la adaptación al menú general y 9	sin huevo, depende de la adaptación al menú general y 9	sin leche, depende de la adaptación al menú general y 9	sin pescado, depende de la adaptación al menú general	sin legumbres, depende de la adaptación al menú general
Segundo plato	Merluza Bella Easo	x	merluza, gambas, mantequilla, queso barra-nata, paleta york, demi-glace, limón, perejil	sin producto con gluten	sin producto con huevo	x	sin pescado, depende de la adaptación al menú general	x
Segundo plato	Muslitos de pollo a la crema	(Ragout de pollo) a la crema	ragout de pollo, ajo, perejil, nata líquida, salsa bechamel, queso crema, queso rallado, vinagre, aceite de oliva virgen extra	sin gluten	sin huevo	sin lácteos	x	x
Segundo plato	Pescado a la bilbaína	x	pescado, ajo, pimiento morrón, harina, huevo líquido, vinagre, perejil, aceite de girasol alto oleico, aceite de oliva virgen extra	sin gluten	sin huevo	x	sin pescado, depende de la adaptación al menú general	x
Segundo plato	Pescado a la gaditana	x	pescado, harina, pimentón dulce, aceite de girasol alto oleico	sin gluten	x	x	sin pescado, depende de la adaptación al menú general	x
Segundo plato	Pescado a la gallega	x	pescado, patatas (acompañamiento), pimentón dulce, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	sin pescado, depende de la adaptación al menú general	x
Segundo plato	Pescado a la madrileña	x	pescado, harina, huevo líquido, ajo, perejil, aceite de girasol alto oleico	sin gluten	sin huevo	x	sin pescado, depende de la adaptación al menú general	x
Segundo plato	Pescado a la marinera	x	pescado, gambas, cebolla, ajo, harina, fumet, tomate frito, colorante alimentario, perejil, aceite de girasol alto oleico, aceite de oliva virgen extra	sin gluten	x	x	sin pescado, depende de la adaptación al menú general	x
Segundo plato	Pescado a la milanesa	x	pescado, harina, huevo líquido, pan rallado, queso rallado, aceite de girasol alto oleico	sin gluten	pescado empanado (sin huevo)	pescado empanado	sin pescado, depende de la adaptación al menú general	x
Segundo plato	Pescado a la molinera	x	pescado, harina, huevo líquido, pan rallado, ajo, perejil, aceite de girasol alto oleico	sin gluten	sin huevo	x	sin pescado, depende de la adaptación al menú general	x
Segundo plato	Pescado a la plancha	x	pescado, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	sin pescado, depende de la adaptación al menú general	x
Segundo plato	Pescado a la romana	x	pescado, harina, huevo líquido, aceite de girasol alto oleico	sin gluten	sin huevo	x	sin pescado, depende de la adaptación al menú general	x
Segundo plato	Pescado a la vasca	x	pescado, gambas, ajo, cebolla, guisantes, harina, huevo duro, perejil, aceite de girasol alto oleico, aceite de oliva virgen extra	sin gluten	sin huevo	x	sin pescado, depende de la adaptación al menú general	sin guisantes
Segundo plato	Pescado con salsa alicantina	x	pescado, mayonesa, ajo, perejil, aceite de oliva virgen extra	x	con mayonesa sin huevo	x	sin pescado, depende de la adaptación al menú general	x
Segundo plato	Pescado con salsa Colbert	Pescado a la molinera	pescado, harina, huevo líquido, pan rallado, ajo, perejil, aceite de girasol alto oleico	sin gluten	sin huevo	x	sin pescado, depende de la adaptación al menú general	x
Segundo plato	Pescado con tomate	x	pescado, harina, salsa de tomate, aceite de girasol alto oleico	sin gluten	x	x	sin pescado, depende de la adaptación al menú general	x
Segundo plato	Pescado en salsa	x	pescado, cebolla, ajo, harina, pan frito, tomate natural triturado, gambas, condimento azafranado, perejil, aceite de girasol alto oleico, aceite de oliva virgen extra	sin gluten	x	x	sin pescado, depende de la adaptación al menú general	x
Segundo plato	Pizza Cuatro Estaciones	Pizza casera (Infantil)	bases de pizza, paleta york, salchichón, queso barra-nata, orégano, tomate frito	sin gluten	sin huevo	sin lácteos	x	x
Segundo plato	Pizza de verduras y atún	Pizza casera (Infantil)	bases de pizza, paleta york, salchichón, queso barra-nata, orégano, tomate frito	sin gluten	sin huevo	sin lácteos	x	x
Segundo plato	Pollo al ajillo/asado	(Ragout de pollo) al ajillo	ragout de pollo, caldo de pollo (opcional), maizena, ajo, vinagre, perejil, aceite de oliva virgen extra	(sin gluten)	x	x	x	x
Segundo plato	Pollo Cordon Bleu	x	pollo cordon bleu, aceite de girasol alto oleico	filete de pollo empanado con jamón york (sin gluten)	filete de pollo empanado con jamón york (sin huevo/queso)	filete de pollo empanado con jamón york (sin lácteos)	x	x
Segundo plato	Pollo en pepitoria	(Ragout de pollo) en pepitoria	ragout de pollo, ajo, cebolla, almendras, pan frito, huevo duro, maizena, condimento azafranado, perejil, vinagre, aceite de oliva virgen extra	sin gluten	sin huevo, depende de la adaptación al menú general	sin lácteos, depende de la adaptación al menú general	x	x
Segundo plato	Pollo guisado a la antigua	Ragout de pollo	ragout de pollo, ajo, cebolla, maizena, mosto blanco, perejil, aceite de oliva virgen extra	(sin gluten)	x	x		
Segundo plato	Ragout de magro	Albóndigas (...)	albóndigas (vacuno-mixta), ajo, cebolla, zanahorias, puerros, guisantes, patatas dado (acompañamiento), maizena, tomate frito, fondo blanco, colorante alimentario, aceite de oliva virgen extra, aceite de oliva alto oleico	albóndigas (sin gluten)	albóndigas (sin huevo)	albóndigas (sin lácteos)	x	sin guisantes/producto sin fibra de guisante o similar
Segundo plato	Ragout de pollo	x	ragout de pollo, cebolla, ajo, maizena, mosto blanco, perejil, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra	(sin gluten)	x	x	x	x
Segundo plato	Ragout de ternera	Albóndigas (...)	albóndigas (vacuno-mixta), ajo, cebolla, zanahorias, puerros, guisantes, patatas dado (acompañamiento), maizena, tomate frito, fondo blanco, colorante alimentario, aceite de oliva virgen extra, aceite de oliva alto oleico	albóndigas (sin gluten)	albóndigas (sin huevo)	albóndigas (sin lácteos)	x	sin guisantes/producto sin fibra de guisante o similar
Segundo plato	Rotí de pavo asado	(Lacón de pavo) asado	lacón de pavo, ajo, cebolla, puerro, tomate, zanahorias, maizena, tomate frito, aceite de oliva virgen extra	(sin gluten)	x	x	x	x
Segundo plato	Rotí de pavo con salsa demi-glace	(Lacón de pavo) con salsa demi-glace	lacón de pavo, ajo, cebolla, puerro, tomate, zanahorias, maizena, tomate frito, demi-glace, aceite de oliva virgen extra	(Lacón de pavo) asado (sin gluten)	(Lacón de pavo) asado	(Lacón de pavo) asado	x	x
Segundo plato	Salchichas Frankfurt	x	salchichas Frankfurt, tomate frito (acompañamiento), aceite de girasol alto oleico	x	x	x	x	x

MENÚS PARA 2º CICLO DE E. INFANTIL NIVEL 3, 4, 5: ADAPTACIONES, INGREDIENTES Y ALÉRGENOS

Para más información sobre los contenidos de los diferentes platos puede dirigirse a la Secretaría del centro.

En la tabla se reflejan los platos de referencia del menú general, las adaptaciones realizadas para este nivel de E. Infantil si se requiere, así como las adaptaciones para evitar los principales alérgenos.

En caso de otras alergias o multi alergias, en el centro le ofrecerán información al respecto.

También dispone de información al final de este documento.

TIPO	PLATO	ADAPTACIÓN	INGREDIENTES PRINCIPALES	GLUTEN	HUEVO	LECHE	PESCADO	LEGUMBRES
Segundo plato	Salchichas frescas en salsa	Salchichas Frankfurt	salchichas Frankfurt, tomate frito (acompañamiento), aceite de girasol alto oleico	x	x	x	x	x
Segundo plato	Salmón empanado	x	salmón, harina, huevo líquido, pan rallado, ajo, perejil, aceite de girasol alto oleico	sin gluten	sin huevo	x	sin pescado, depende de la adaptación al menú general	x
Segundo plato	Solomillo de cerdo a las finas hierbas	x	solomillo de cerdo, huevo líquido, harina, pan rallado, finas hierbas, perejil, aceite de girasol alto oleico	sin gluten	sin huevo	x	x	x
Segundo plato	Suquet de merluza	x	merluza, patatas (acompañamiento), cebolla, ajo, almendras, pan frito, tomate natural triturado, fumet, perejil, aceite de oliva virgen extra	sin gluten	x	x	x	x
Segundo plato	Tenera asada en su jugo	Hamburguesa a la plancha	hamburguesa (vacuno), aceite de oliva virgen extra	sin gluten	sin huevo	sin lácteos	x	producto sin fibra de guisante o similar
Segundo plato	Tenera asada en su jugo	Albóndigas (...)	albóndigas (vacuno-mixta), ajo, cebolla, zanahorias, puerros, guisantes, patatas dado (acompañamiento), maizena, tomate frito, fondo blanco, colorante alimentario, aceite de oliva virgen extra, aceite de oliva alto oleico	albóndigas (sin gluten)	albóndigas (sin huevo)	albóndigas (sin lácteos)	x	sin guisantes/producto sin fibra de guisante o similar
Segundo plato	Tenera rosada en salsa de limón	Hamburguesa a la plancha	hamburguesa (vacuno), aceite de oliva virgen extra	sin gluten	sin huevo	sin lácteos	x	producto sin fibra de guisante o similar
Segundo plato	Tenera rosada en salsa de limón	Albóndigas (...)	albóndigas (vacuno-mixta), ajo, cebolla, zanahorias, puerros, guisantes, patatas dado (acompañamiento), maizena, tomate frito, fondo blanco, colorante alimentario, aceite de oliva virgen extra, aceite de oliva alto oleico	albóndigas (sin gluten)	albóndigas (sin huevo)	albóndigas (sin lácteos)	x	sin guisantes/producto sin fibra de guisante o similar
Segundo plato	Tortilla de patata	x	tortilla de patata (con cebolla), aceite de oliva virgen extra	x	sin huevo, depende de la adaptación al menú general	x	x	x
Segundo plato	Tortilla francesa	x	tortilla francesa, aceite de oliva virgen extra, tomate frito (opcional)	x	sin huevo, depende de la adaptación al menú general	x	x	x
Segundo plato	Tortilla francesa/jamón york	x	tortilla francesa, paleta york, aceite de oliva virgen extra; tomate frito (opcional)	x	sin huevo, depende de la adaptación al menú general	x	x	x
Segundo plato	Tortilla francesa/jamón york y queso	x	tortilla francesa, paleta york, queso barra-nata, aceite de oliva virgen extra	x	sin huevo, depende de la adaptación al menú general	tortilla francesa con jamón york	x	x
Segundo plato	Tortilla francesa/queso	x	tortilla francesa, queso barra-nata	x	sin huevo, depende de la adaptación al menú general	tortilla francesa	x	x
Plato único	Cocido completo - carne	x	pechuga de pollo, chorizo, morcillo	x	x	x	x	x
Plato único	Cocido completo - otros	x	garbanzos, huesos de caña, esqueletos de pollo	x	x	x	x	sin garbanzos
Plato único	Cocido completo - sopa	x	caldo, fideos	sin gluten	pasta sin huevo	x	x	x
Plato único	Cocido completo - verdura	no se pone verdura	***	***	***	***	***	***
Guarnición (opcional)	Arroz Pilaw	x	arroz, cebolla, ajo, fondo blanco o agua, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	x
Guarnición (opcional)	Asadillo de pimientos	x	ensalada de pimientos y cebolla, tomate frito, azúcar	x	x	x	x	x
Guarnición (opcional)	Calabacines en fritura	x	calabacines, harina, aceite de girasol alto oleico	sin gluten	x	x	x	x
Guarnición (opcional)	Cuscús de verduras	x	cuscús con verduras, aceite de oliva virgen extra	sin gluten	x	x	x	sin lentejas/judías verdes, depende de la adaptación al menú general
Guarnición (opcional)	Ensalada de lechuga	x	lechuga, vinagre, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	x
Guarnición (opcional)	Ensalada de tomate	x	tomate, orégano, vinagre, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	x
Guarnición (opcional)	Ensalada de tomate y queso	x	tomate, queso barra-nata, orégano, vinagre, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	x
Guarnición (opcional)	Ensalada mixta	x	lechuga, tomate, aceitunas negras o verdes, vinagre, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	x
Guarnición (opcional)	Parrillada de calabacín	x	parrillada de calabacín	x	x	x	x	x
Guarnición (opcional)	Patatas a la campesina	x	patatas, ajo, cebolla, pimiento lamuyo rojo, pimiento verde, hierbas provenzales, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	x
Guarnición (opcional)	Patatas a la crema	x	patatas, bechamel, queso rallado hilo, aceite de oliva virgen extra	sin gluten	x	patatas a la campesina	x	x
Guarnición (opcional)	Patatas a la crema	x	patatas, bechamel, queso rallado hilo, aceite de oliva virgen extra	sin gluten	x	patatas panaderas	x	x

MENÚ PARA 2º CICLO DE E. INFANTIL NIVEL 3, 4, 5: ADAPTACIONES, INGREDIENTES Y ALÉRGENOS

Para más información sobre los contenidos de los diferentes platos puede dirigirse a la Secretaría del centro.

En la tabla se reflejan los platos de referencia del menú general, las adaptaciones realizadas para este nivel de E. Infantil si se requiere, así como las adaptaciones para evitar los principales alérgenos.

En caso de otras alergias o multi alergias, en el centro le ofrecerán información al respecto.

También dispone de información al final de este documento.

TIPO	PLATO	ADAPTACIÓN	INGREDIENTES PRINCIPALES	GLUTEN	HUEVO	LECHE	PESCADO	LEGUMBRES
Guarnición (opcional)	Patatas a lo pobre	x	patatas, ajo, perejil, vinagre, aceite de girasol alto oleico	x	x	x	x	x
Guarnición (opcional)	Patatas a lo provenzal	x	patatas, cebolla, ajo, hierbas provenzales, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	x
Guarnición (opcional)	Patatas Chips	x	patatas fritas envasadas	x	x	x	x	x
Guarnición (opcional)	Patatas cocidas	x	patatas, cebolla, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	x
Guarnición (opcional)	Patatas codorniz	x	patata codorniz (parisina), mantequilla, perejil, aceite de girasol alto oleico	x	x	sin lácteos	x	x
Guarnición (opcional)	Patatas dado	x	patatas, aceite de girasol alto oleico	x	x	x	x	x
Guarnición (opcional)	Patatas fritas	x	patatas diferentes cortes, aceite de girasol alto oleico	x	x	x	x	x
Guarnición (opcional)	Patatas panaderas	x	patatas, cebolla, ajo, pimienta, perejil, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	x
Guarnición (opcional)	Pisto manchego	x	ajo, calabacines, cebolla, pimiento rojo, pimiento verde, tomate frito, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	x
Guarnición (opcional)	Puré de patatas	x	escamas de patata, leche, mantequilla, nuez moscada, pimienta blanca, aceite de oliva virgen extra	x	x	sin lácteos	x	x
Guarnición (opcional)	Salteado de verduras mediterráneo	x	salteado de verduras mediterráneo, ajo, perejil, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	parrillada de calabacín
Guarnición (opcional)	Tempura de verduras	x	tempura de verduras, aceite de girasol alto oleico	parrillada de calabacín/depende de la adaptación al menú general	x	x	x	x
Guarnición (opcional)	Verduras salteadas	x	macedonia de verduras, ajo, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	sin judías verdes/guisantes
Otros/Guarnición (opcional)	Salsa de tomate	x	ajo, cebolla, tomate frito, tomate natural triturado, azúcar, aceite de oliva virgen extra	x	x	x	x	x
Postre	Copa de chocolate	x	copa chocolate con nata envasado	sin gluten	x	yogur de soja	x	x
Postre	Copa de chocolate	Yogur	yogur envasado	x	x	yogur de soja	x	x
Postre	Flan de huevo/vainilla	x	flan de huevo/de vainilla envasado	x	flan de vainilla	yogur de soja	x	x
Postre	Flan de huevo/vainilla	Yogur	yogur envasado	x	x	yogur de soja	x	x
Postre	Fruta	x	de temporada	x	x	x	x	x
Postre	Fruta (troceada IV Gama - Macedonia)	Fruta natural	de temporada	x	x	x	x	x
Postre	Gelatina	x	gelatina envasada	x	x	x	x	x
Postre	Helado	x	vasito colectivo	sin gluten	sin huevo	sin lácteos	x	x
Postre	Leche	Yogur	yogur envasado	x	x	yogur de soja	x	x
Postre	Melocotón en almíbar	x	melocotón en almíbar	x	x	x	x	x
Postre	Natillas de chocolate	x	natillas chocolate envasadas	x	x	yogur de soja	x	x
Postre	Natillas de chocolate	Yogur	yogur envasado	x	x	yogur de soja	x	x
Postre	Natillas de vainilla	x	natillas vainilla envasadas	x	x	yogur de soja	x	x
Postre	Natillas de vainilla	Yogur	yogur envasado	x	x	yogur de soja	x	x
Postre	Piña en su jugo	x	piña en su jugo	x	x	x	x	x

MENÚS PARA 2º CICLO DE E. INFANTIL NIVEL 3, 4, 5: ADAPTACIONES, INGREDIENTES Y ALÉRGENOS

Para más información sobre los contenidos de los diferentes platos puede dirigirse a la Secretaría del centro.

En la tabla se reflejan los platos de referencia del menú general, las adaptaciones realizadas para este nivel de E. Infantil si se requiere, así como las adaptaciones para evitar los principales alérgenos.

En caso de otras alergias o multi alergias, en el centro le ofrecerán información al respecto.

También dispone de información al final de este documento.

TIPO	PLATO	ADAPTACIÓN	INGREDIENTES PRINCIPALES	GLUTEN	HUEVO	LECHE	PESCADO	LEGUMBRES
Postre	Yogur	x	yogur envasado	x	x	yogur de soja	x	x
Otros	Sandwich de pavo y zumo	x	pan de molde, pavo, zumo sin azúcares añadidos	con pan de molde y pavo sin gluten	con pavo sin huevo	con pavo sin lácteos	x	x
Otros	Fruta y pan con queso	x	fruta, pan de barra, queso barra/nata	con pan sin gluten	fruta y pan con embutido sin huevo	fruta y pan con embutido sin lácteos	x	x
Otros	Pan con salchichón y zumo	x	pan de barra, salchichón, zumo sin azúcares añadidos	con pan y salchichón sin gluten	con salchichón sin huevo	con salchichón sin lácteos	x	x
Otros	Fruta y yogur	x	fruta, yogur	x	x	fruta y yogur de soja	x	x
Otros	Leche chocolateada y galletas	x	leche, cacao soluble, galletas	con cacao soluble y galletas sin gluten	con cacao soluble y galletas sin huevo	leche de soja con cacao sin lácteos y galletas sin lácteos	x	x
Otros	Pan con salami y zumo	x	pan de barra, salami, zumo sin azúcares añadidos	con pan y salami sin gluten	con salami sin huevo	con salami sin lácteos	x	x
Otros	Fruta y magdalena	x	fruta, magdalena	con magdalena sin gluten	con magdalena sin huevo	con magdalena sin lácteos	x	x
Otros	Sandwich de jamón york y queso y zumo	x	pan de molde, jamón york, queso barra/nata, zumo sin azúcares añadidos	con pan de molde y jamón york sin gluten	sandwich de jamón york sin huevo y zumo	sandwich de jamón york sin lácteos y zumo	x	x
Otros	Fruta y pan con pavo	x	fruta, pan de barra, pavo	con pan y pavo sin gluten	con pavo sin huevo	con pavo sin lácteos	x	x
Otros	Pan con crema de chocolate	x	pan de barra, crema de queso con cacao y avellanas	con pan sin gluten	x	con crema de chocolate sin lácteos	x	x
Otros	Pan con paté y zumo	x	pan de barra, paté, zumo sin azúcares añadidos	pan sin gluten con embutido sin gluten	x	pan con embutido sin lácteos	x	x
Otros	Fruta y sandwich de queso	x	fruta, pan de molde, queso barra/nata	con pan de molde sin gluten	fruta y sandwich de embutido sin huevo	fruta y sandwich de embutido sin lácteos	x	x
Otros	Yogur y galletas	x	yogur, galletas	con galletas sin gluten	con galletas sin huevo	yogur de soja y galletas sin lácteos	x	x
Otros	Pan con jamón york y zumo	x	pan de barra, jamón york, zumo sin azúcares añadidos	con pan y jamón york sin gluten	jamón york sin huevo	jamón york sin lácteos	x	x
Otros	Pan con pavo y zumo	x	pan de barra, pavo, zumo sin azúcares añadidos	con pan y pavo sin gluten	pavo sin huevo	pavo sin lácteos	x	x
Otros	Sandwich de mortadela y zumo	x	pan de molde, mortadela, zumo sin azúcares añadidos	con pan de molde y mortadela sin gluten	x	sandwich de embutido sin lácteos y zumo	x	x
Otros	Pan con pavo y queso y zumo	x	pan de barra, pavo, queso barra/nata, zumo sin azúcares añadidos	con pan y pavo sin gluten	pan con pavo sin huevo y zumo	pan con pavo sin lácteos y zumo	x	x
Otros	Fruta y pan con jamón york	x	fruta, pan de barra, jamón york	con pan y jamón york sin gluten	jamón york sin huevo	jamón york sin lácteos	x	x
Otros	Pan con jamón serrano y zumo	x	pan de barra, jamón serrano, zumo sin azúcares añadidos	con pan sin gluten	x	x	x	x
Otros	Fruta y galletas	x	fruta, galletas	con galletas sin gluten	con galletas sin huevo	con galletas sin lácteos	x	x
Otros	Pan con chocolatina	x	pan de barra, chocolatina	con pan sin gluten	x	con crema de chocolate sin lácteos	x	x



INGREDIENTES PRINCIPALES EN LOS MENÚS ALÉRGENOS

Para más información sobre los contenidos de los diferentes platos puede dirigirse a la Secretaría del centro.

En caso de otras alergias o multi alergias, en el centro le ofrecerán información al respecto.

Observaciones

Los ingredientes de los platos son de carácter general. En algunos casos se modifican de acuerdo a las necesidades de cada etapa y nivel.

Familias de ingredientes

Cuando se incluye una familia de ingredientes y se significa específicamente uno de ellos es por su mayor cantidad con respecto al resto.

Principales variedades de ingredientes utilizados:

- **Pastas secas;** espaguetis, espirales (hélices-fusilli), macarrones, tallarines...
- **Pescados congelados;** atún claro (thunnus albacares) u obesus (patudo), salmón, merluza, fletán; en algunos casos puede utilizarse un pescado del grupo o familia al indicado en la receta.

Técnicas:

- **Baño maría,** cocción de una vasija dentro de otra llena de agua.
- **Estofar,** cocinar con su propio jugo un alimento tapado.
- **Guisar,** rehogar con grasa y cocinar con agua o caldo.
- **Pochar,** cocinar con grasa a baja temperatura.
- **Rehogar,** cocinar con grasa a fuego lento.
- **Saltear,** cocinar con grasa a fuego violento.
- **Asado,** cocinar con poca grasa (generalmente la propia) en horno, plancha.
- **Fritura,** cocinar con abundante aceite caliente.
- **Cocer,** cocinar con abundante agua en ebullición.
- **Gratinar,** dorar la superficie de un producto en horno fuerte.

Ingredientes alérgenos

En caso de duda ante cualquier plato y sus posibles alérgenos, le solicitamos que consulte con el Centro de referencia.

1. Cereales que contengan gluten: trigo, centeno, cebada, avena, espelta, kamut o sus variedades híbridas y productos derivados.
2. Crustáceos y productos a base de crustáceos.
3. Huevos y productos a base de huevo.
4. Pescado y productos a base de pescado.
5. Cacahuets y productos a base de cacahuets.
6. Soja y productos a base de soja.
7. Leche y sus derivados (incluida la lactosa).
8. Frutos de cáscara: almendras, avellanas, nueces, anacardos, pecanas, nueces del Brasil, pistachos, macadamias y productos derivados.
9. Apio y productos derivados.
10. Mostaza y productos derivados.
11. Semillas de sésamo y productos a base de semillas de sésamo.
12. Anhídrido sulfuroso y sulfitos en concentraciones superiores a 10 mg/kg o 10 mg/l expresado como SO₂
13. Altramuces y productos a base de altramuces.
14. Moluscos y productos a base de moluscos.

Nota importante: En este documento se relacionan los ingredientes y alérgenos principales, así como se detallan otros alérgenos posibles según marcas u otros productos utilizados. Para una mayor concreción les solicitamos que se dirijan a la administración del centro, donde podrán recibir información completa de todos los ingredientes empleados en cada plato, productos concretos y sus correspondientes alérgenos. Esta información será ofrecida a partir de los datos suministrados por nuestros proveedores sobre la composición de sus productos. Sin embargo, no podemos excluir la presencia accidental de otros ingredientes alergénicos que pueden aparecer durante la fabricación de estos productos o cuando se utilizan en la elaboración. Les solicitamos que en casos específicos declare la alergia o intolerancia a su centro de referencia; de esta forma haremos un control exhaustivo de los ingredientes y elaboración de los platos para cada caso concreto.