

MENÚ GENERAL: INGREDIENTES PRINCIPALES Y 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.

También dispone de información al final de este documento.

| TIPO | PLATO | TÉCNICA | INGREDIENTES PRINCIPALES | ALÉRGENOS (Nº de grupo y alérgeno) | POSIBLES ALÉRGENOS SEGÚN PRODUCTOS UTILIZADOS | GRASAS PRINCIPALES |
|--------------|--|-------------------|---|---|--|------------------------------------|
| Primer plato | Alubias (judías) blancas /verduras y chorizo | guiso | judías blancas (38%), ajo, cebolla, zanahorias (19%), magro cerdo/cinta lomo (5%), chorizo (14%), patatas (24%), tomate frito, pimentón dulce, laurel, aceite de oliva virgen extra/suave | 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (judías blancas) | pimentón dulce: si zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12; tomate frito: según partida contiene aceite de soja (6) | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Arroz con pollo | guiso | arroz (55%), pimiento verde, pimiento rojo, zanahorias (9%), ragout de pollo (36%), fondo blanco, colorante, laurel, aceite de oliva virgen extra/suave | | fondo (si zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12); colorante *(E-102 y E-129) | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Arroz con tomate | guiso | arroz (44%), cebolla (8%), ajo, salsa de tomate (48%), fondo blanco, laurel, aceite de oliva virgen extra/suave | | fondo (si zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12) | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Arroz con verduras | guiso | arroz (49%), ajo, calabacines (11%), champiñones (9%), pimiento morrón, zanahorias (9%), guisantes (11%), judías verdes (11%), fondo blanco, laurel, tomate frito, aceite de oliva virgen extra/suave | Otros. Legumbres (guisantes, judías verdes) | fondo (si zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12); si calabacín IV Gama: trazas 6, 9 y 12; según pimiento morrón: trazas 6, 10, 12 y 13; tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Arroz Pilaw con brócoli, jamón york y bacón | coccido/rehogado | arroz Pilaw (46%), brócoli (36%), ajo, paleta york (9%), bacón (9%), laurel, aceite de oliva virgen extra/suave | | | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Arroz tres delicias | guiso | arroz (48%), paleta york (10%), gambas (15%), ajo, zanahorias (10%), guisantes (10%), tortilla francesa (7%), fondo blanco, laurel, aceite de oliva virgen extra/suave | 2. crustáceos, 3. huevos, 12. sulfitos (gambas) | fondo (si zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12); colorante *(E-102 y E-129); tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Brócoli gratinado | coccido/gratinado | brócoli (90%), ajo, salsa bechamel, queso rallado hilo (6%), jamón serrano (4%), aceite de oliva virgen extra/suave | 1. gluten, 3. huevos (puede contener lisozima en queso rallado), 7. leche | pimienta blanca, nuez moscada | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Brócoli rehogado | rehogado | brócoli (96%), ajo, jamón serrano (4%), aceite de oliva virgen extra/suave | | | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Champiñón salteado con jamón serrano | salteado | champiñón entero (94%), ajo, jamón serrano (6%), perejil, aceite de oliva virgen extra/suave | 12. sulfitos (champiñón entero) | | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Coliflor gratinada | coccido/gratinado | coliflor (90%), salsa bechamel, queso rallado hilo (6%), jamón serrano (4%), aceite de oliva virgen extra/suave | 1. gluten, 3. huevos (puede contener lisozima en queso rallado), 7. leche | pimienta blanca, nuez moscada | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Coliflor rehogada | rehogado | coliflor (97%), ajo, jamón serrano (3%), aceite de oliva virgen extra/suave | | | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Corazones de alcachofa con jamón serrano | salteado | alcachofa (94%), ajo, jamón serrano (6%), perejil, aceite de oliva virgen extra/suave | | | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Crema de alcachofas | coccido | alcachofas (24%), calabacines (60%), calabaza (7%), puerros (5%), zanahorias (7%), nabos (2%), patatas (15%), pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra/suave | 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas) | pimienta blanca, nuez moscada; en calabacín, calabaza y zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12 | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Crema de brócoli | coccido | brócoli (27%), calabacines (42%), calabaza (5%), puerros (5%), zanahorias (5%), nabos (3%), patatas (13%), pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra/suave | 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas) | pimienta blanca, nuez moscada; en calabaza, calabacín y zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12 | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Crema de calabacines | coccido | calabacines (56%), calabaza (8%), puerros (6%), zanahorias (8%), nabos (3%), patatas (19%), pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra/suave | 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas) | pimienta blanca, nuez moscada; en calabacín, zanahorias y calabaza IV Gama: trazas 6, 9 y 12 | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Crema de calabaza | coccido | calabaza (28%), calabacines (33%), puerros (5%), zanahorias (16%), nabos (2%), patatas (16%), pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra/suave | 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas) | pimienta blanca, nuez moscada; en calabaza, calabacín y zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12 | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Crema de champiñones | coccido | champiñones (30%), calabaza (37%), puerros (6%), zanahorias (9%), patatas (15%), arroz (3%), pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra/suave | 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas) | pimienta blanca, nuez moscada; en champiñón entero cong: 12; en calabacín y zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12 | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Crema de coliflor | coccido | coliflor (27%), calabacines (42%), calabaza (3%), puerros (5%), zanahorias (3%), judías verdes (4%), nabos (3%), patatas (13%), pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra/suave | 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (judías verdes) | pimienta blanca, nuez moscada; en calabacín, calabaza y zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12 | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Crema de espárragos | coccido | espárragos blancos tallos (28%), calabacines (44%), puerros (5%), nabos (3%), patatas (17%), arroz (3%), pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra/suave | 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas) | pimienta blanca, nuez moscada; en calabacín IV Gama: trazas 6, 9 y 12 | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Crema de espinacas | coccido | espinacas (6%), calabacines (52%), calabaza (9%), puerros (3%), zanahorias (6%), nabos (3%), patatas (15%), nata líquida, queso mezcla tierno (3%), pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra/suave | 7. leche, 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas) | pimienta blanca, nuez moscada; en calabacín, calabaza y zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12 | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Crema de guisantes | coccido | guisantes (28%), judías verdes (6%), calabacines (40%), puerros (6%), zanahorias (6%), patatas (11%), nabos (3%), pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra/suave | 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (guisantes y judías verdes) | pimienta blanca, nuez moscada; en zanahorias y calabacín IV Gama: trazas 6, 9 y 12 | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Crema de verduras | coccido | calabacines (37%), calabaza (8%), coliflor (5%), puerros (5%), nabos (3%), zanahorias (11%), guisantes (5%), judías verdes (5%), patatas (16%), brócoli (5%), pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra/suave | 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (guisantes, judías verdes) | pimienta blanca, nuez moscada; en calabaza, calabacín y zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12 | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Crema de zanahorias | coccido | zanahorias (34%), calabacines (29%), calabaza (15%), puerros (5%), nabos (5%), patatas (15%), pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra/suave | 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas) | pimienta blanca, nuez moscada; en calabaza, calabacín y zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12 | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Crema Solferino | coccido | tomate natural triturado, calabacines (42%), calabaza (14%), puerros (7%), zanahorias (14%), nabos (3%), patatas (17%), arroz (3%), pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra/suave | 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas) | pimienta blanca, nuez moscada; en calabacín, calabaza y zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12 | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Ensalada alemana de patata | coccido | patatas (65%), cebolleta, cebollino, huevo duro (7%), paleta york (4%), mayonesa, mostaza, pepinillos (3%), aceitunas verdes (5%), salchichas Frankfurt (16%), pimienta negra, aceite de oliva virgen extra/suave | 3. huevos, 10. mostaza, 12. sulfitos (pepinillos y patatas peladas/cortadas) | pimienta negra; según mayonesa: aceite de girasol o aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Ensalada campera | coccido | patatas (65%), aceitunas negras (5%), cebolletas, pepino (3%), pimiento verde, pimiento rojo, tomate (11%), huevo duro (9%), atún en aceite (7%), aceite de oliva virgen extra/suave | 3. huevos, 4. pescado, 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas) | | aceite de oliva virgen extra/suave |

MENÚ GENERAL: INGREDIENTES PRINCIPALES Y 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.

También dispone de información al final de este documento.

| TIPO | PLATO | TÉCNICA | INGREDIENTES PRINCIPALES | ALÉRGENOS (Nº de grupo y alérgeno) | POSIBLES ALÉRGENOS SEGÚN PRODUCTOS UTILIZADOS | GRASAS PRINCIPALES |
|--------------|---|------------------|--|--|---|------------------------------------|
| Primer plato | Ensalada de arroz | cocido | arroz Pilaw (41%), aceitunas negras (7%), tomate (7%), guisantes (3%), maíz dulce (5%), tortilla francesa (5%), gambas (9%), palitos de cangrejo (9%), paleta york (7%), piña en su jugo (7%), aceite de oliva virgen extra/suave | 2. crustáceos (y en palitos de cangrejo), 3. huevos (y en palitos de cangrejo), 4. pescado, 12. sulfitos (gambas), 14. moluscos (palitos de cangrejo), Otros. Legumbres | arroz Pilaw; si fondo (si zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12) | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Ensalada de ave | cocido | pechuga de pollo (33%), lechuga (23%), aceitunas verdes (6%), zanahorias, manzanas (13%), queso mezcla tierno (8%), huevo duro (17%), salsa rosa (si es casera: mayonesa-ketchup), aceite de oliva virgen extra/suave | 3. huevos (en salsa rosa), 7. leche | si salsa rosa casera (3; según mayonesa: aceite de girasol o aceite de soja); en zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12 | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Ensalada de garbanzos | cocido | garbanzos (43%), pechuga de pollo (23%), maíz dulce (6%), cebolletas, tomate (14%), aceitunas negras (6%), tortilla francesa (8%), cominos, laurel, aceite de oliva virgen extra/suave | 3. huevos, Otros. Legumbres (garbanzos) | si garbanzos envasados ya cocidos: 12 | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Ensalada de verano (de pasta) | cocido | pasta tallari tricolor (36%), cebolleta, pimiento verde y rojo, tomate (14%), piña en jugo (13%), aceitunas negras (5%), gambas (9%), palitos de cangrejo (7%), huevo duro (9%), queso mezcla tierno (7%), aceite de oliva virgen extra/suave | 1. gluten, 2. crustáceos (y en palitos de cangrejo), 3. huevos (trazas en pasta, y palitos de cangrejo), 4. pescado, 6. soja (trazas en pasta), 7. leche, 10. mostaza (trazas en pasta), 12. sulfitos (gambas), 14. moluscos (palitos de cangrejo) | | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Ensaladilla rusa | cocido | ensaladilla rusa (71%) (patata, zanahoria, guisante, judía verde), huevo duro (9%), atún en aceite (14%), aceitunas negras (6%), mayonesa, aceite de oliva virgen extra/suave | 3. huevos, 4. pescado, Otros. Legumbres (judías verdes y guisantes) | en mayonesa: aceite de girasol o aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Espaguetis a la carbonara | cocido/hehogado | pasta espagueti (73%), cebolla (9%), ajo, bacón (18%), nata, leche, mantequilla, harina, yemas de huevo, queso rallado, pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra/suave | 1. gluten, 3. huevos (y posibles trazas en pasta y lisozima en queso rallado parmesano), 6. soja (trazas en pasta), 7. leche, 10. mostaza (trazas en pasta) | harina; pimienta blanca, nuez moscada | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Espinacas a la crema | cocido/gratinado | espinacas (86%), salsa bechamel, queso rallado hilo (5%), bacón (4%), paleta york (5%), aceite de oliva virgen extra/suave | 1. gluten, 3. huevos (puede contener lisozima en queso rallado), 7. leche | pimienta blanca, nuez moscada | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Espinacas rehogadas | rehogado | espinacas (96%), ajo, cebolla, pimentón dulce, aceite de oliva virgen extra/suave | | pimentón dulce | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Fideuá de verduras | guiso | pasta fideuá (45%), pimiento rojo y verde, ajo, judías verdes (12%), calabacines (17%), zanahorias (17%), champiñones (9%), colorante, laurel, tomate frito, fondo blanco, aceite de oliva virgen extra/suave | 1. gluten, 3. huevos (posibles trazas en pasta), 6. soja (trazas en pasta), 10. mostaza (trazas en pasta), Otros. Legumbres (judías verdes) | fondo (si zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12); en calabacín IV Gama: trazas 6, 9 y 12; colorante *E-102 y E-129; tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Fideuá mixta | guiso | pasta fideuá (45%), ajo, pimientos, guisantes (6%), calamar (9%), gambas (9%), mejillones (6%), cinta de lomo cerdo (9%), ragout de pollo (16%), tomate frito, condimento azafraán, fondo blanco, aceite de oliva virgen extra/suave | 1. gluten, 2. crustáceos, 3. huevos (posibles trazas en pasta), 6. soja (trazas en pasta), 10. mostaza (trazas en pasta), 12. sulfitos (gambas), 14. moluscos, Otros. Legumbres (guisantes) | en pote de calamar: posible 2 y 4; condimento azafraán (E-102 y E-129); si salsa tomate elab. propia y fondo (si zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12); tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Gazpacho andaluz | fresco | tomate (79%), pepino (12%), pimiento rojo y/o verde (7%), cebolla o cebolleta, ajo, pan (2%), agua, comino (opcional), vinagre, aceite de oliva virgen extra/suave | 1. gluten, 6. soja (posible presencia en pan), 12. sulfitos (vinagre) | según pan: gluten (1), puede contener soja (6), trazas de frutos secos (8), semillas (11), mostaza (10) y harina de soja (6) | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Guisantes con jamón | cocido/hehogado | guisantes (96%), ajo, jamón serrano (4%), aceite de oliva virgen extra/suave | Otros. Legumbres | | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Guisantes rehogados con pavo | cocido/hehogado | guisantes (96%), ajo, pavo (4%), aceite de oliva virgen extra/suave | Otros. Legumbres | | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Judías (alubias) blancas con verduras y huevo | guiso | judías blancas (32%), ajo, cebolla, calabacines (14%), judías verdes (9%), huevo duro (9%), pimiento rojo, pimiento verde, zanahorias (19%), patatas (18%), pimentón dulce, laurel, tomate frito, aceite de oliva virgen extra/suave | 3. huevos, 6. soja (posibles trazas en judía blanca), 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (judías pintas y judías verdes) | pimentón dulce; en calabacín y zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12; tomate frito: según partida: contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Judías (alubias) blancas estofadas | guiso | judías blancas (41%), ajo, cebolla, zanahorias (16%), patatas (26%), bacón (5%), chorizo (12%), pimentón dulce, laurel, tomate frito, aceite de oliva virgen extra/suave | 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (judías blancas) | pimentón dulce; en zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12; tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Judías (alubias) pintas con arroz | guiso | judías pintas (43%), ajo, cebolla, zanahorias (17%), arroz (5%), patatas (17%), bacón (5%), chorizo (13%), pimentón dulce, laurel, tomate frito, aceite de oliva virgen extra/suave | 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (judías pintas) | pimentón dulce; en zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12; tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Judías (alubias) pintas estofadas | guiso | judías pintas (39%), ajo, cebolla, patatas (24%), zanahorias (16%), magro cerdo/cinta lomo (10%), chorizo (11%), pimentón dulce, laurel, tomate frito, aceite de oliva virgen extra/suave | 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (judías pintas) | pimentón dulce; en zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12; tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Judías verdes con jamón | cocido/hehogado | judías verdes (93%), jamón serrano (6%), ajo (1%), tomate frito, aceite de oliva virgen extra/suave | Otros. Legumbres (judías verdes) | tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Judías verdes con patatas cocidas | cocido/hehogado | judías verdes (86%), patatas (14%), ajo, tomate frito, aceite de oliva virgen extra/suave | 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (judías verdes) | tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Judías verdes con tomate | cocido/hehogado | judías verdes, ajo, tomate frito, aceite de oliva virgen extra/suave | Otros. Legumbres (judías verdes) | tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Judías verdes rehogadas | cocido/hehogado | judías verdes, ajo, aceite de oliva virgen extra/suave | Otros. Legumbres (judías verdes) | | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Lentejas a la antigua/abuela/estofadas | guiso | lentejas (40%), ajo, cebolla, zanahorias (18%), patatas (28%), chorizo (14%), pimentón dulce, laurel, tomate frito, aceite de oliva virgen extra/suave | 1. posibles trazas gluten (lentejas), 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (lentejas, judías verdes) | pimentón dulce; en zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12; tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Lentejas campesinas | guiso | lentejas (35%), ajo, calabacines (15%), cebolla, judías verdes (10%), zanahorias (20%), pimiento rojo, pimiento verde, patatas (20%), pimentón dulce, laurel, tomate frito, aceite de oliva virgen extra/suave | 1. posibles trazas gluten (lentejas), 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (lentejas, judías verdes) | pimentón dulce; en calabacín y zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12; tomate frito: según partida: contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Menestra de verduras | cocido/hehogado | menestra de verduras (92%) (judía verde plana, zanahoria, guisante, coliflor, alcachofa, champiñón, tallo espárrago blanco), cebolla, ajo, jamón serrano (3%), bacón (2%), paleta york (3%), aceite de oliva virgen extra/suave | 12. sulfitos (en menestra), Otros. Legumbres (guisantes, judías verdes en menestra) | | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Paella | guiso | arroz (42%), ajo, pimiento morrón (6%), pimiento rojo, pimiento verde, guisantes (5%), calamar (9%), gambas (9%), mejillones (6%), magro cerdo/cinta lomo (9%), ragout de pollo (14%), laurel, fondo blanco, colorante, aceite de oliva virgen extra/suave | 2. crustáceos, 12. sulfitos (gambas), 14. moluscos, Otros. Legumbres (guisantes) | en pote de calamar: posible 2 y 4; fondo (si zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12); colorante *E-102 y E-129; según pimiento morrón: trazas, 6,10,12 y 13 | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Parrillada de calabacín | asado | parrillada de calabacín | | aceite de girasol | |

MENÚ GENERAL: INGREDIENTES PRINCIPALES Y 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.

También dispone de información al final de este documento.

| TIPO | PLATO | TÉCNICA | INGREDIENTES PRINCIPALES | ALÉRGENOS (Nº de grupo y alérgeno) | POSIBLES ALÉRGENOS SEGÚN PRODUCTOS UTILIZADOS | GRASAS PRINCIPALES |
|---------------|--|------------------|--|--|--|--|
| Primer plato | Pasta a la boloñesa | coccido/hehogado | pasta (54%), ajo, cebolla, puerros, zanahorias (6%), carne picada de cerdo y de ternera (20% y 20%), maízena, tomate frito, pimienta blanca, laurel, queso rallado (opcional) aceite de oliva virgen extra/suave | 1. gluten, 3. huevos (posibles trazas en pasta), 6. soja (trazas en pasta), 10. mostaza (trazas en pasta) | en pasta espirales (hélices): trazas 3, 6 y 10; si queso rallado (7 y 3- lisozima); pimienta blanca; en zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12; tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Pasta a la napolitana | coccido/hehogado | pasta (68%), ajo, cebolla (10%), pimiento rojo, pimiento verde, bacón (7%), chorizo (7%), paleta york (9%), orégano, laurel, tomate frito, aceite de oliva virgen extra/suave | 1. gluten, 3. huevos (posibles trazas en pasta), 6. soja (trazas en pasta), 10. mostaza (trazas en pasta) | en pasta espirales (hélices): trazas 3, 6 y 10; tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Pasta con atún y tomate | coccido/hehogado | pasta (66%), ajo, cebolla (13%), atún en aceite (21%), orégano, tomate frito, tomate natural triturado, aceite de oliva virgen extra/suave | 1. gluten, 3. huevos (posibles trazas en pasta), 4. pescado, 6. soja (trazas en pasta), 10. mostaza (trazas en pasta) | en pasta espirales (hélices): trazas 3, 6 y 10; tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Pasta con tomate | coccido/hehogado | pasta (45%), ajo, cebolla, orégano, tomate frito, tomate natural triturado (55%), aceite de oliva virgen extra/suave | 1. gluten, 3. huevos (posibles trazas en pasta), 6. soja (trazas en pasta), 10. mostaza (trazas en pasta) | en pasta espirales (hélices): trazas 3, 6 y 10; tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Pasta con verduras y salsa de tomate | coccido/hehogado | pasta (66%), ajo, cebolla, calabacines (10%), champiñones (6%), guisantes, judías verdes (8%), pimiento rojo, pimiento verde, zanahorias (10%), orégano, laurel, tomate frito, aceite de oliva virgen extra/suave | 1. gluten, 3. huevos (posibles trazas en pasta), 6. soja (trazas en pasta), 10. mostaza (trazas en pasta), Otros. Legumbres (judías verdes y guisantes) | en pasta espirales (hélices): trazas 3, 6 y 10; en calabacín y zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12; en champiñón entero cong: 12; tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Pasta tres delicias | coccido/hehogado | pasta (48%), zanahorias (5%), ajo, guisantes (10%), gambas (15%), tortilla francesa (9%), paleta york (13%), aceite de oliva virgen extra/suave | 1. gluten, 2. crustáceos, 3. huevos (posibles trazas en pasta), 6. soja (trazas en pasta), 10. mostaza (trazas en pasta), 12. sulfitos (gambas), Otros. Legumbres (guisantes) | en pasta espirales (hélices): trazas 3, 6 y 10; en zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12 | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Pastel de verduras | asado/gratinado | calabacines (37%), cebolla, pimiento rojo (3%), pimiento verde (3%), patatas (42%), carne picada de ternera (11%), salsa bechamel, queso rallado hilo (4%), aceite de oliva virgen extra/suave | 1. gluten, 3. huevos (puede contener lisozima en queso rallado), 7. leche, 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas) | pimienta blanca, nuez moscada; en calabacín IV Gama: trazas 6, 9 y 12 | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Patatas a la marinera | guiso | patatas (82%), merluza (7%), gambas (8%), calamar (6%), mejillones (3%), ajo, cebolla (4%), zanahorias (7%), pimiento rojo, pimiento verde, guisantes (3%), pimentón dulce, laurel, colorante, perejil, caldo, aceite de oliva virgen extra/suave | 2. crustáceos, 4. pescado, 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas y gambas), 14. moluscos, Otros. Legumbres (guisantes) | en pota de calamar: posible 2 y 4; en zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12; según medallón de merluza: posible 2 y 14; colorante *(E-102 y E-129); pimentón dulce | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Patatas guisadas / magro | guiso | patatas (68%), magro cerdo/cinta lomo (24%), ajo, cebolla (4%), pimiento rojo, pimiento verde, zanahorias (4%), guisantes, pimentón dulce, colorante, fondo blanco, tomate frito, aceite de oliva virgen extra/suave | 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (guisantes) | fondo (si zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12); en zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12; colorante *(E-102 y E-129); pimentón dulce; tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Patatas guisadas / pescado | guiso | patatas (72%), merluza (20%), ajo, cebolla (4%), zanahorias (4%), guisantes, caldo, pimentón dulce, colorante, aceite de oliva virgen extra/suave | 4. pescado, 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (guisantes) | en zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12; si medallón de merluza, según tipo: posible 2 y 14; colorante *(E-102 y E-129); pimentón dulce | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Potaje de garbanzos (Vigilia) | guiso | garbanzos (34%), bacalao (12%), patatas (24%), ajo, cebolla (6%), espinacas (3%), zanahorias (14%), huevo duro (7%), pimentón dulce, laurel, tomate frito, aceite de oliva virgen extra/suave | 3. huevos, 4. pescado, 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (garbanzos) | en zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12; pimentón dulce; tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Potaje de garbanzos estofados | guiso | garbanzos (41%), patatas (29%), ajo, cebolla, zanahorias (17%), chorizo (13%), tomate frito, pimentón dulce, laurel, aceite de oliva virgen extra/suave | 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (garbanzos) | en zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12; pimentón dulce; pimentón dulce; tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Salmorejo cordobés | fresco | tomate (76%), ajo, pan (15%), huevo (5%)(opcional), jamón serrano (4%)(opcional), pimiento rojo (opcional), vinagre (opcional), aceite de oliva virgen extra/suave | 1. gluten, 3. huevos, 6. soja (posible presencia en pan), 12. sulfitos (vinagre) | según pan: gluten (1), puede contener soja (6), trazas de frutos secos (8), semillas (11) y harina de soja (6) | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Sopa de ave con pasta/ de picadillo | coccido | pasta (39%)(estrellitas, fideos, letras), pechuga de pollo (27%), paleta york (16%), huevo duro (19%), fondo blanco, tomate frito, caldo de pollo polvo (opcional), colorante (opcional) | 1. gluten, 3. huevos (y posibles trazas en pasta), 6. soja (trazas en pasta), 10. mostaza (trazas en pasta) | colorante *(E-102 y E-129); en zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12; tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Sopa de pescado con estrellitas | coccido | pasta estrellitas, merluza, filetán, cebolla, zanahorias, caldo de pescado, tomate frito, colorante | 1. gluten, 2. crustáceos, 3. huevos (posibles trazas en pasta), 4. pescado, 6. soja (trazas en pasta), 10. mostaza (trazas en pasta), 12. sulfitos (gambas), 14. moluscos | si medallón de merluza, según tipo: posible 2 y 14; colorante *(E-102 y E-129); en zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12 | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Sopa de verdura con conchitas | coccido | pasta conchitas (42%), verdura sopa Juliana (21%), fondo blanco, huevo duro (10%), paleta york (10%), pechuga de pollo (17%), tomate frito, caldo de pollo polvo (opcional), colorante (opcional) | 1. gluten, 3. huevos (posibles trazas en pasta), 6. soja (trazas en pasta), 9. apio (verdura sopa Juliana), 10. mostaza (trazas en pasta) | según tipo verdura juliana, puede contener trazas de soja (6) y sulfitos (12); tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Sopa Juliana | coccido | pasta estrellitas (62.5%), verdura sopa Juliana (37.5%), fondo blanco, tomate frito, caldo de pollo polvo (opcional), colorante (opcional) | 1. gluten, 3. huevos (posibles trazas en pasta), 6. soja (trazas en pasta), 9. apio (verdura sopa Juliana), 10. mostaza (trazas en pasta) | según tipo verdura juliana, puede contener trazas de soja (6) y sulfitos (12); tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Tallarines Thai con salsa de soja y verduras | coccido/hehogado | pasta tallarines, calabacines, pimiento verde, pimiento rojo, cebolla, salsa de soja, tomate frito, aceite de oliva virgen extra | 1. gluten, 3. huevos (posibles trazas en pasta), 6. soja (y trazas en pasta), 10. mostaza (trazas en pasta) | tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Primer plato | Tempura de verduras | frito | tempura de verduras (verduras 58%: calabacín, zanahoria, berenjena, cebolla, pimiento rojo y verde), aceite de girasol alto oleico | 1. gluten | aceite de girasol; según tempura: trazas 2,4,6,7,10,14 | aceite de girasol alto oleico |
| Primer plato | Zanahorias rehogadas con ajo y bacón | coccido/hehogado | zanahorias baby (95%), ajo, bacón (5%), aceite de oliva virgen extra/suave | | | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Segundo plato | Albóndigas a la antigua/caseras/abueta | guiso | albóndigas(46.5%)(vacuno (80% o 70%)mixtas (ternera 45% y cerdo 45%)), ajo, cebolla, champiñones (4.5%), pimiento morrón, puerros (4.5%), zanahorias (7%), guisantes (4.5%), patatas dadas (33%) (acompañamiento), maízena, tomate frito, fondo blanco, colorante, laurel, aceite de oliva virgen extra/suave; aceite de girasol alto oleico | 1. gluten (según albóndigas), 5. mostaza (trazas según albóndigas), 6. soja (según albóndigas), 7. (trazas según albóndigas), 12. sulfitos (según albóndigas), Otros. Legumbres (guisantes, y según albóndigas: almidón y fibra de guisante) | caldo (9; en zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12); en champiñón entero cong: 12; colorante *(E-102 y E-129); aceite de girasol; según pimiento morrón: trazas 6, 10, 12 y 13; tomate frito: según partida contiene aceite de soja; según albóndigas cong vacuno (70%): APIO, SOJA, SULFITOS, TRAZAS LECHE Y MOSTAZA | aceite de oliva virgen extra/suave y aceite de girasol alto oleico |
| Segundo plato | Atún con pisto | asado/frito | atún (50%), verduras pisto (50%)(acompañamiento), tomate frito (pisto), aceite de oliva virgen extra/suave | 4. pescado | en calabacín IV Gama: trazas 6, 9 y 12; según tipo de atún, puede contener 2 y 14; tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Segundo plato | Boquerones en tempura | frito | boquerón (50% pescado y 50% tempura), aceite de girasol alto oleico | 1. gluten, 2. crustáceos (trazas) 3. huevo, 4. pescado , 6. soja (trazas), 10. mostaza, 14. moluscos | según boquerones cong: GLUTEN, HUEVO, PESCADO; TRAZAS CRUSTÁCEOS, SOJA, LECHE, SULFITOS, MOLUSCOS | aceite de girasol alto oleico |
| Segundo plato | Calamares a la romana | frito | calamar rebozado (potas 80%, pota neocelandesa 50%), aceite de girasol alto oleico | 1. gluten, 7. leche (según anillas), 14. moluscos | según anillas empleadas, pueden contener trazas: 2, 4 y 7 / posibles trazas: 2, 3, 4, 6 y 12; aceite de girasol | aceite de girasol alto oleico |
| Segundo plato | Calamares a la romana sin alérgenos | frito | calamar, maízena, aceite de oliva suave | 14. moluscos | en pota de calamar: posible 2 y 4; | aceite de oliva suave |
| Segundo plato | Canelones de atún | gratinado | canelones de atún (atún 13%), salsa bechamel, queso rallado hilo, tomate frito | 1. gluten, 3. huevos (puede contener lisozima en queso rallado), 4. pescado, 7. leche | posibles trazas: 2, 3, 6, 7, 14; pimienta blanca, nuez moscada; aceite de girasol; tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Segundo plato | Canelones de carne (sin gluten) | gratinado | canelones de carne sin gluten (carne cocinada de vacuno 14.4%), tomate frito | 3. huevos, 7. leche | posibles trazas 4, 6, 8 y 10; aceite de girasol; tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Segundo plato | Chuleta de cerdo a la plancha | asado | chuleta de cerdo, ajo, perejil, aceite de oliva virgen extra/suave | | | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Segundo plato | Chuleta de Sajonia a la plancha | asado | chuleta de Sajonia, ajo, aceite de oliva virgen extra/suave | | | aceite de oliva virgen extra/suave |

MENÚ GENERAL: INGREDIENTES PRINCIPALES Y 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.

También dispone de información al final de este documento.

| TIPO | PLATO | TÉCNICA | INGREDIENTES PRINCIPALES | ALÉRGENOS (Nº de grupo y alérgeno) | POSIBLES ALÉRGENOS SEGÚN PRODUCTOS UTILIZADOS | GRASAS PRINCIPALES |
|---------------|--|-------------|--|---|---|------------------------------------|
| Segundo plato | Cinta de lomo al ajillo al homo | asado | cinta de lomo de cerdo al ajillo (84%), ajo, cebolla (6%), puerros (3%), zanahorias (4%), tomate (3%), tomate natural triturado, maizena, aceite de oliva virgen extra/suave | | en zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12 | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Segundo plato | Cinta de lomo fresca/ajillo/adobada empanada | frito | cinta de lomo de cerdo, harina, huevo líquido, pan rallado, aceite de girasol alto oleico | 1. gluten, 3. huevos | aceite de girasol; según pan rallado: posibles trazas 11; trazas 6 y 10 | aceite de girasol alto oleico |
| Segundo plato | Cinta de lomo/fresca/adobada a la plancha-asada | asado | cinta de lomo de cerdo, aceite de oliva virgen extra/suave , tomate frito (opcional) | | tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Segundo plato | Croquetas con jamón | frito | croquetas con jamón (jamón curado 12%), aceite de girasol alto oleico | 1. gluten, 7. leche | posibles trazas: 2, 3, 4, 6, 10 y 14; aceite de girasol | aceite de girasol alto oleico |
| Segundo plato | Croquetas con jamón sin alérgenos | frito | caldo de pollo y jamón, cebolleta, harina sin gluten, pan rallado sin gluten, jamón serrano, nuez moscada, pimienta blanca molida, zumo de naranja, aceite de oliva suave | Otros. Legumbres (harina sin gluten) | Otros. Legumbres (según pan rallado sin gluten) | aceite de oliva suave |
| Segundo plato | Croquetas con jamón (sin gluten) | frito | croquetas de jamón sin gluten (según croqueta: jamón curado 1,4% o 17%), aceite de oliva suave | según croquetas: 3. huevo, 7. leche, 9. apio; Otros. Legumbres (fibra de guisante y harina de garbanzo) | según croquetas: posibles trazas: 4, 6, 8 y 9; aceite de girasol | aceite de oliva suave |
| Segundo plato | Delicias de jamón y queso | frito | delicias de jamón y queso Crêpe 45,6%, fiambre de jamón de cerdo 6%, queso 1,6%), aceite de girasol alto oleico | 1. gluten, 3. huevos, 7. leche | aceite de girasol | aceite de girasol alto oleico |
| Segundo plato | Escalope de ternera empanado | frito | filete de ternera, ajo, perejil, harina, huevo líquido, pan rallado, aceite de girasol alto oleico | 1. gluten, 3. huevos | aceite de girasol; según pan rallado: posibles trazas 11; trazas 6 y 10 | aceite de girasol alto oleico |
| Segundo plato | Filete de pavo a la plancha-asado | asado | filete de pavo fresco, aceite de oliva virgen extra/suave | | | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Segundo plato | Filete de pavo braseado a la plancha | asado | filete de pavo braseado, aceite de oliva virgen extra/suave | | | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Segundo plato | Filete de pavo braseado asado en salsa | asado | pavo braseado (75%), ajo, cebolla (7%), puerros (5%), tomate (8%), zanahorias (5%), maizena, tomate frito, pimienta, laurel, aceite de oliva virgen extra/suave | | pimienta; en zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12; tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Segundo plato | Filete de pavo empanado | frito | filete de pavo fresco, harina, huevo líquido, ajo y perejil (opcional), pan rallado, aceite de girasol alto oleico | 1. gluten, 3. huevos | aceite de girasol; según pan rallado: posibles trazas 11; trazas 6 y 10 | aceite de girasol alto oleico |
| Segundo plato | Filete de pollo a la plancha-asado | asado | filete de pollo, aceite de oliva virgen extra/suave | | | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Segundo plato | Filete de pollo empanado | frito | filete de pollo, harina, huevo líquido, pan rallado, ajo y perejil (opcional), aceite de girasol alto oleico | 1. gluten, 3. huevos | aceite de girasol; según pan rallado: posibles trazas 11; trazas 6 y 10 | aceite de girasol alto oleico |
| Segundo plato | Filete de pollo empanado con jamón york (sin gluten, huevo, leche) | frito | filete de pollo, maizena, paleta york, pan rallado sin gluten, zumo de naranja, aceite de oliva suave | | Otros. Legumbres (según pan rallado sin gluten) | aceite de oliva suave |
| Segundo plato | Filete de pollo empanado con jamón y queso (sin gluten) | frito | filete de pollo, huevo líquido, maizena, pan rallado sin gluten, paleta york, queso mezcla tierno, aceite de oliva suave | 3. huevos, 7. leche | Otros. Legumbres (según pan rallado sin gluten) | aceite de oliva suave |
| Segundo plato | Filete de ternera a la plancha-asada | asado | filete de ternera, aceite de oliva virgen extra/suave | | | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Segundo plato | Fingers de pollo con salsa barbacoa | frito | fingers de pollo, salsa barbacoa, aceite de girasol alto oleico | 1. gluten, 10. mostaza (en salsa barbacoa y trazas en fingers), 6. soja (trazas en fingers) | | aceite de girasol alto oleico |
| Segundo plato | Fletán empanado | frito | fletán, harina, huevo líquido, pan rallado, ajo, perejil, aceite de girasol alto oleico | 1. gluten, 3. huevos, 4. pescado | en fletán: posible 2 y 14; aceite de girasol; según pan rallado: posibles trazas 11; trazas 6 y 10 | aceite de girasol alto oleico |
| Segundo plato | Hamburguesa de kale y quinoa | asado | hamburguesa (kale 18% y quinoa cocida 13%, patata, zanahoria, cebolla asada, habas y salsa de soja, harina de espelta y trigo), aceite de oliva virgen extra/suave | 1. gluten, 6. soja | | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Segundo plato | Hamburguesa de pollo a la plancha | asado | hamburguesa de pollo (85% pollo), aceite de oliva suave | 6. soja (posibles trazas), 7. leche (posibles trazas), Otros. Legumbres (fibra y almidón de guisante) | | aceite de oliva suave |
| Segundo plato | Hamburguesa de pollo y espinacas a la plancha | asado | hamburguesa de pollo y espinacas (64% pollo y 21% espinacas), aceite de oliva suave | 6. soja, 7. leche (posibles trazas), Otros. Legumbres (fibra de guisante) | | aceite de oliva suave |
| Segundo plato | Hamburguesa de pollo y zanahoria a la plancha | asado | hamburguesa de pollo y zanahoria (64% pollo corral y 23% zanahoria), aceite de oliva suave | 6. soja, 7. leche (posibles trazas), Otros. Legumbres (fibra y almidón de guisante) | | aceite de oliva suave |
| Segundo plato | Hamburguesa (de vacuno) a la plancha | asado | hamburguesa (vacuno 100%), aceite de oliva virgen extra/suave | | según hamburguesa: 1, 3, 6 y 12; proteína, almidón y/o fibra de guisante; sulfitos y trazas de 10 y 11 | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Segundo plato | Huevos con bechamel | frito | huevo (24%) con bechamel, aceite de girasol alto oleico | 1. gluten, 3. huevos, 7. leche, 2. crustáceos (trazas), 4. pescado (trazas), 5. mostaza (trazas), 6. soja (trazas), 14. moluscos (trazas) | | aceite de girasol alto oleico |
| Segundo plato | Huevos rellenos de atún | fresco | huevos cocidos, atún, mayonesa, tomate frito | 3. huevos, 4. pescado | tomate frito: según partida contiene aceite de soja; según mayonesa: aceite de girasol o aceite de soja | |
| Segundo plato | Huevos revueltos con atún y tomate | rehogado | huevo líquido (90%), nata líquida, atún en aceite (10%), tomate frito, aceite de girasol alto oleico | 3. huevos, 7. leche | tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de girasol alto oleico |
| Segundo plato | Huevos revueltos con jamón y tomate | rehogado | huevo líquido (91%), nata líquida, paleta york (9%), tomate frito, aceite de girasol alto oleico | 3. huevos, 7. leche | tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de girasol alto oleico |
| Segundo plato | Huevos revueltos con virutas de pavo | rehogado | huevo líquido (91%), nata líquida, pavo (9%), tomate frito, aceite de girasol alto oleico | 3. huevos, 7. leche | tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de girasol alto oleico |
| Segundo plato | Pollo al chilindrón | asado/guiso | jamoncitos de pollo, ajo, cebolla, pimiento rojo, pimiento verde, jamón serrano, laurel, tomate frito, aceite de oliva virgen extra/suave | | tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Segundo plato | Lasaña de carne | gratinado | lasaña de carne (carne de cerdo 20%), salsa bechamel, queso rallado hilo, tomate frito | 1. gluten, 3. huevo (y puede contener lisozima en queso rallado), 6. soja | pimienta blanca, nuez moscada; aceite de girasol; tomate frito: según partida contiene aceite de soja | |
| Segundo plato | Lasaña de carne (sin gluten) | gratinado | lasaña de carne sin gluten (carne cocinada de vacuno 14,4%), tomate frito | 3. huevo, 7. leche | posibles trazas: 4, 6, 8 y 10; aceite de girasol; tomate frito: según partida contiene aceite de soja | |

MENÚ GENERAL: INGREDIENTES PRINCIPALES Y 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.

También dispone de información al final de este documento.

| TIPO | PLATO | TÉCNICA | INGREDIENTES PRINCIPALES | ALÉRGENOS (Nº de grupo y alérgeno) | POSIBLES ALÉRGENOS SEGÚN PRODUCTOS UTILIZADOS | GRASAS PRINCIPALES |
|---------------|---|-----------------|--|--|---|--|
| Segundo plato | Lomo asado en su jugo | asado | cinta de lomo de cerdo (90%), ajo, cebolla (7%), puerros (5%), tomate (4%), zanahorias (4%), maizena, tomate natural triturado, laurel, pimienta, aceite de oliva virgen extra/suave | | pimienta; en zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12 | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Segundo plato | Nachos con carne picada | rehogado | nachos de maíz (15%), ajo, cebolla roja (5%), tomate (5%), pimiento lamuyo verde (3%), carne picada de ternera (51%), queso cheddar (21%), cilantro, pimienta negra molida, aceite de oliva virgen extra/suave | 7. leche (queso cheddar) | pimienta negra | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Segundo plato | Pescado a la bilbaina | frito | pescado, ajo, pimiento morrón, harina, huevo líquido, vinagre, perejil, aceite de girasol alto oleico, aceite de oliva virgen extra/suave | 1. gluten, 3. huevos, 4. pescado, 12. sulfitos (vinagre) | si medallón de merluza y bacalao, según tipo, y en gallo: posible 2 y 14; aceite de girasol; según pimiento morrón: trazas, 6, 10, 12 y 13 | aceite de oliva virgen extra/suave y aceite de girasol alto oleico |
| Segundo plato | Pescado a la gaditana/a la andaluza | frito | pescado, harina, pimentón dulce, aceite de girasol alto oleico | 1. gluten, 4. pescado | si medallón de merluza, según tipo: posible 2 y 14; pimentón dulce; aceite de girasol | aceite de girasol alto oleico |
| Segundo plato | Pescado a la gallega | cocido | pescado (56%), patatas (44%)(acompañamiento), pimentón dulce, aceite de oliva virgen extra/suave | 4. pescado, 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas) | si medallón de merluza, según tipo: posible 2 y 14; pimentón dulce | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Segundo plato | Pescado a la madrileña | frito | pescado, harina, huevo líquido, ajo, perejil, aceite de girasol alto oleico | 1. gluten, 3. huevos, 4. pescado | si medallón de merluza y bacalao, según tipo, y en gallo: posible 2 y 14; aceite de girasol | aceite de girasol alto oleico |
| Segundo plato | Pescado a la marinera | frito/asado | pescado(77%),almejas(9%),gambas(9%),cebolla(5%),ajo,harina,fumet,tomate frito,pimiento morrón(opcional),colorante,laurel,perejil,aceite de girasol alto oleico,aceite de oliva virgen extra/suave | 1. gluten, 2. crustáceos, 4. pescado, 12.sulfitos (gambas), 14. moluscos | si medallón de merluza, según tipo, y en gallo: posible 2 y 14; fumet (2, 4, 8, 14); colorante* (E-102 y E-129); aceite de girasol; tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave y aceite de girasol alto oleico |
| Segundo plato | Pescado a la molinera | frito | pescado, harina, huevo líquido, pan rallado, ajo, perejil, aceite de girasol alto oleico | 1. gluten, 3. huevos, 4. pescado | en fetán, gallo, y si medallón de merluza, según tipo: posible 2 y 14; aceite de girasol; según pan rallado: posibles trazas 11; trazas 6 y 10 | aceite de girasol alto oleico |
| Segundo plato | Pescado a la plancha | asado | pescado, aceite de oliva virgen extra/suave | 4. pescado | si medallón de merluza, según tipo: posible 2 y 14 | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Segundo plato | Pescado a la romana | frito | pescado, harina, huevo líquido, aceite de girasol alto oleico | 1. gluten, 3. huevos, 4. pescado | si medallón de merluza y bacalao, gallo , según tipo: posible 2 y 14; aceite de girasol | aceite de girasol alto oleico |
| Segundo plato | Pescado a la vasca | guiso | pescado (65%), almejas (6%), gambas (6%), ajo, cebolla, espárragos blancos tallos (11%), guisantes (6%), harina, huevo duro (6%), perejil, aceite de girasol alto oleico, aceite de oliva virgen extra/suave | 1. gluten, 2. crustáceos, 3. huevos, 4. pescado, 12. sulfitos (gambas), 14. moluscos, Otros. Legumbres (guisantes) | si medallón de merluza, según tipo: posible 2 y 14; aceite de girasol | aceite de oliva virgen extra/suave y aceite de girasol alto oleico |
| Segundo plato | Pescado con salsa alicantina | asado | pescado, verduras pisto (acompañamiento), tomate frito (pisto), mayonesa, ajo, perejil, aceite de oliva virgen extra/suave | 3. huevos, 4. pescado | en calabacin IV Gama: trazas 6, 9 y 12; tomate frito: según partida contiene aceite de soja; según mayonesa: aceite de girasol o aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Segundo plato | Pescado con tomate | frito | pescado, harina, salsa de tomate, pimienta negra molida, aceite de girasol alto oleico | 1. gluten, 4. pescado | en fetán, gallo y según medallón de merluza y bacalao: posible 2 y 14; pimienta negra; aceite de girasol | aceite de oliva virgen extra/suave y aceite de girasol alto oleico |
| Segundo plato | Pescado en salsa verde | frito/asado | pescado (89%), cebolla (6%), ajo, harina, pan frito, gambas (5%), perejil, aceite de girasol alto oleico, aceite de oliva virgen extra/suave | 1. gluten, 2. crustáceos, 4. pescado, 6. soja (posible presencia en pan), 12.sulfitos (gambas) | según pan: gluten (1), puede contener soja (6), trazas de frutos secos (8), semillas (11), mostaza (10) y harina de soja (6); si medallón de merluza, según tipo: posible 2 y 14; aceite de girasol | aceite de oliva virgen extra/suave y aceite de girasol alto oleico |
| Segundo plato | Pizza Cuatro Estaciones | asado/gratinado | bases de pizza, bacón (12%), paleta york (29%), queso mezcla tierno (59%), orégano, tomate frito | 1. gluten, 3. huevos (posible en base pizza), 7. leche | tomate frito: según partida contiene aceite de soja | |
| Segundo plato | Pizza de verduras y atún | asado/gratinado | bases de pizza, calabacines (18%), pimiento rojo (12%), pimiento verde (12%), cebolla (15%), atún en aceite (18%), queso mezcla tierno (25%), orégano, tomate frito, aceite de oliva virgen extra/suave | 1. gluten, 3. huevos (posible en base pizza), 4. pescado, 7. leche | tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Segundo plato | Pollo al ajillo/asado | asado | pollo, caldo de pollo polvo (opcional), maizena, ajo, vinagre, perejil, aceite de oliva virgen extra/suave | 12.sulfitos (vinagre) | | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Segundo plato | Pollo a la crema | asado | pollo, ajo, perejil, nata líquida, salsa bechamel, queso crema, queso rallado, vinagre, aceite de oliva virgen extra/suave | 1. gluten, 3. huevos (puede contener lisozima en queso rallado), 7. leche, 12. sulfitos (vinagre) | pimienta blanca, nuez moscada | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Segundo plato | Pollo al chilindrón | asado/guiso | pollo, ajo, cebolla, pimiento rojo, pimiento verde, jamón serrano, laurel, tomate frito, aceite de oliva virgen extra/suave | | tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Segundo plato | Pollo Cordon Bleu | frito | pollo cordon bleu (pechuga de pollo 60%, fiambre de magro de cerdo cocido 5,4%, queso fundido 2,7%), aceite de girasol alto oleico | 1. gluten, 6. soja (posibles trazas), 7. leche, 10. mostaza (posibles trazas) | | aceite de girasol alto oleico |
| Segundo plato | Pollo en pepitoria | asado/guiso | pollo (92%), ajo, cebolla (5%), almendras, pan frito, huevo duro (3%), maizena, pimienta, condimento azafranado, laurel, perejil, vinagre, aceite de oliva virgen extra/suave | 1. gluten, 3. huevos, 6. soja (posible presencia en pan), 8. frutos de cáscara (almendra), 12: sulfitos (vinagre) | según pan: gluten (1), puede contener soja (6), trazas de frutos secos (8), semillas (11), mostaza (10) y harina de soja (6); pimienta; condimento azafranado (E-102 y E-129) | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Segundo plato | Ragout de magro de cerdo | guiso | magro cerdo/cinta lomo (67%), ajo, cebolla (7%), champiñones (8%), pimiento morrón, pimiento verde (4%), zanahorias (7%), guisantes (7%), maizena, pimienta blanca, pimentón dulce, laurel, tomate frito, aceite de oliva virgen extra/suave | Otros. Legumbres (guisantes) | pimienta blanca; pimentón dulce: si zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12; según pimiento morrón: trazas, 6, 10, 12 y 13; tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Segundo plato | Ragout de pollo | guiso | ragout de pollo, cebolla, ajo, maizena, mosto blanco, perejil, aceite de oliva virgen extra/suave | | | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Segundo plato | Ragout de ternera | guiso | ragout de ternera (67%), ajo, cebolla (7%), pimiento morrón, pimiento verde (4%), champiñones (8%), guisantes (7%), zanahorias (7%), maizena, pimienta blanca, pimentón dulce, laurel, tomate frito, aceite de oliva virgen extra/suave | Otros. Legumbres (guisantes) | pimienta blanca; pimentón dulce: si zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12; según pimiento morrón: trazas, 6, 10, 12 y 13; tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Segundo plato | Rollito de primavera con salsa gridulce | frito | rollitos de primavera (verduras: repollo, zanahoria, setas (Seta de cultivo (Pleurotus Ostreatus), cebolla), aceite de oliva virgen extra/suave, salsa agri dulce | 1. gluten (rollito), 12. sulfitos (salsa agri dulce) | | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Segundo plato | Salchichas Frankfurt | frito | salchichas Frankfurt (carne de pollo, pavo y cerdo), tomate ketchup (acompañamiento), aceite de girasol alto oleico | 6. soja (posibles trazas en salchichas), 10. posibles trazas de mostaza (ketchup) | aceite de girasol | aceite de girasol alto oleico |
| Segundo plato | Salmón empanado | frito | salmón, harina, huevo líquido, pan rallado, ajo, perejil, aceite de girasol alto oleico | 1. gluten, 3. huevos, 4. pescado | aceite de girasol; según pan rallado: posibles trazas 11; trazas 6 y 10 | aceite de girasol alto oleico |
| Segundo plato | Solomillo de cerdo a las finas hierbas | frito | solomillo de cerdo, huevo líquido, harina, pan rallado, ajo, perejil, finas hierbas, aceite de girasol alto oleico | 1. gluten, 3. huevos | aceite de girasol; según pan rallado: posibles trazas 11; trazas 6 y 10 | aceite de girasol alto oleico |
| Segundo plato | Solomillo de cerdo con salsa de manzana | asado | solomillo de cerdo, manzanas reineta-granny smith, cebolla, fondo blanco, maizena (o harina de trigo), mosto, romero, pimienta negra molida, aceite de oliva virgen extra | | si en vez de maizena harina de trigo: 1. gluten; pimienta negra molida | aceite de oliva virgen extra/suave |

MENÚ GENERAL: INGREDIENTES PRINCIPALES Y 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.

También dispone de información al final de este documento.

| TIPO | PLATO | TÉCNICA | INGREDIENTES PRINCIPALES | ALÉRGENOS (Nº de grupo y alérgeno) | POSIBLES ALÉRGENOS SEGÚN PRODUCTOS UTILIZADOS | GRASAS PRINCIPALES |
|---------------|---------------------------------------|----------|--|---|--|---|
| Segundo plato | Taquitos de atún con salsa de tomate | frito | bocados de atún (73%), harina, ajo, cebolla (7%), zanahorias (4%), tomate (16%), tomate natural triturado, laurel, azúcar, perejil, aceite de oliva suave, aceite de girasol alto oleico | 1. gluten, 4. pescado, 6. soja (en bocados de atún) | aceite de girasol | aceite de oliva suave y aceite de girasol alto oleico |
| Segundo plato | Ternera asada en su jugo | asado | contra ternera rosada (68%), ajo, cebolla (8%), puerros (8%), tomate (8%), zanahorias (8%), maizena, tomate frito, laurel, pimienta, aceite de oliva virgen extra/suave | | pimienta; en zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12; tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Segundo plato | Ternera rosada en salsa de limón | asado | contra de ternera rosada (80%), ajo, cebolla (11%), puerro (9%), limón, maizena, nata líquida, hierbas provenzales, pimienta, aceite de oliva virgen extra/suave | 7. leche | pimienta | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Segundo plato | Tortilla de calabacín | asado | tortilla de calabacín (con patata), aceite de oliva virgen extra/suave | 3. huevos | | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Segundo plato | Tortilla de patata | asado | tortilla de patata (con cebolla), aceite de oliva virgen extra/suave | 3. huevos | | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Segundo plato | Tortilla francesa | asado | tortilla francesa, tomate frito (opcional) | 3. huevos | tomate frito: según partida contiene aceite de soja | |
| Segundo plato | Tortilla francesa/atún | asado | tortilla francesa con atún, tomate frito (opcional) | 3. huevos, 4. pescado | tomate frito: según partida contiene aceite de soja | |
| Segundo plato | Tortilla francesa /jamón york | asado | tortilla francesa, paleta york, tomate frito (opcional) | 3. huevos | tomate frito: según partida contiene aceite de soja | |
| Segundo plato | Tortilla francesa /jamón york y queso | asado | tortilla francesa, paleta york, queso mezcla tierno, tomate frito (opcional) | 3. huevos, 7. leche | tomate frito: según partida contiene aceite de soja | |
| Segundo plato | Tortilla francesa/queso | asado | tortilla francesa, queso mezcla tierno | 3. huevos, 7. leche | | |
| Plato único | Cocido completo - carne | cocido | pechuga de pollo (19%), chorizo (13%), codillos de jamón, morcilla de Burgos (6%), morcillo (17%), panceta (3%), tocino (2%), barrigada | | según morcilla Burgos (6 y 7) | |
| Plato único | Cocido completo - otros | cocido | garbanzos (16%), patatas (8%), huesos de caña, esqueletos de pollo | 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (garbanzos) | | |
| Plato único | Cocido completo - sopa | cocido | caldo, fideos (8%) | 1. gluten, 3. huevos (trazas en pasta), 6. soja (trazas en pasta), 10. mostaza (trazas en pasta), Otros. Legumbres (garbanzos) | | |
| Plato único | Cocido completo - verdura | cocido | repollo (6%), zanahorias (2%) | | en repollo y zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12 | |
| Guarnición | Arroz integral | cocido | arroz integral (92%), cebolla (5%), ajo (3%), fondo blanco o agua, laurel, aceite de oliva virgen extra/suave | | | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Guarnición | Arroz Pilaw | cocido | arroz (92%), cebolla (5%), ajo (3%), fondo blanco o agua, laurel, aceite de oliva virgen extra/suave | | fondo (si zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12) | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Guarnición | Asadillo de pimientos | asado | ensalada de pimientos y cebolla, tomate frito, azúcar | | tomate frito: según partida contiene aceite de soja | |
| Guarnición | Calabacines en fritura | frito | calabacines, harina, aceite de girasol alto oleico | 1. gluten | según calabacín: IV Gama (trazas 6,9,12); congelado romana (1: trazas 2,4,7,14) o rebozado (1: trazas 2,4,6,7,10,14); aceite de girasol: según calabacines cong.: GLUTEN/TRAZAS CRUSTACEOS, PESCADO, LECHE, MOLUSCOS | aceite de girasol alto oleico |
| Guarnición | Cuscús con verduras | rehogado | couscous, calabacines, zanahorias, guisantes, aceite de oliva virgen extra/suave | 1. gluten, 6. soja (trazas), 10. mostaza (trazas), Otros. Legumbres | | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Guarnición | Ensalada china con brotes germinados | | brotes germinados de judía mungo, salsa de soja (opcional) | Otros. Legumbres (brotes) | si salsa de soja: 6 | |
| Guarnición | Ensalada de lechuga | fresco | lechuga, vinagre, aceite de oliva virgen extra/suave | 12. sulfitos (vinagre) | | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Guarnición | Ensalada de tomate | fresco | tomate, orégano, vinagre, aceite de oliva virgen extra/suave | 12. sulfitos (vinagre) | | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Guarnición | Ensalada de tomate y maíz | fresco | tomate, maíz dulce, aceitunas negras, aceite de oliva virgen extra/suave | | | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Guarnición | Ensalada de tomate y queso | fresco | tomate, queso mezcla tierno, orégano, vinagre, aceite de oliva virgen extra/suave | 7. leche, 12. sulfitos (vinagre) | | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Guarnición | Ensalada mixta de la huerta | fresco | lechuga, tomate, aceitunas negras o verdes, vinagre, aceite de oliva virgen extra/suave | 12. sulfitos (vinagre) | | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Guarnición | Ensalada mixta con brotes y queso | fresco | lechuga, tomate, berros-canónigos (brotes), cebolla, queso mezcla tierno, vinagre, aceite de oliva virgen extra/suave | 7. leche, 12. sulfitos (vinagre) | en canónigos: posibles trazas de 1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14 | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Guarnición | Ensalada mixta con pasta integral | fresco | pasta integral (macarrones), tomate, lechuga, aceitunas, vinagre, aceite de oliva virgen extra/suave | 1. gluten, 3. huevos (posibles trazas en pasta), 6. soja (posibles trazas en pasta), 10. mostaza (posibles trazas en pasta), 12. sulfitos (vinagre) | | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Guarnición | Garbanzos salteados | rehogado | garbanzos cocidos, cebolla, ajo, pimentón dulce, tomate frito, aceite de oliva virgen extra/suave | 12. sulfitos, Otros. Legumbres (garbanzos) | pimentón dulce; tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Guarnición | Hummus | fresco | garbanzos cocidos, comino, pimienta negra, pimentón dulce, limón, aceite de oliva virgen extra/suave | 12. sulfitos, Otros. Legumbres (garbanzos) | pimienta negra, pimentón dulce | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Guarnición | Parrillada de calabacín | asado | parrillada de calabacín | | aceite de girasol | |
| Guarnición | Patatas a la campesina | asado | patatas (84%), ajo, cebolla (8%), pimiento lamuyo rojo (4%), pimiento verde (4%), hierbas provenzales, aceite de oliva virgen extra/suave | 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas) | | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Guarnición | Patatas a lo pobre | asado | patatas, ajo, perejil, vinagre, aceite de girasol alto oleico | 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas y vinagre) | aceite de girasol | aceite de girasol alto oleico |
| Guarnición | Patatas a lo provenzal | asado | patatas, cebolla, ajo, hierbas provenzales, aceite de oliva virgen extra/suave | 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas) | | aceite de oliva virgen extra/suave |

MENÚ GENERAL: INGREDIENTES PRINCIPALES Y 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.

También dispone de información al final de este documento.

| TIPO | PLATO | TÉCNICA | INGREDIENTES PRINCIPALES | ALÉRGENOS (Nº de grupo y alérgeno) | POSIBLES ALÉRGENOS SEGÚN PRODUCTOS UTILIZADOS | GRASAS PRINCIPALES |
|------------------|--------------------------------------|----------|--|--|--|------------------------------------|
| Guarnición | Patatas cocidas | cocido | patatas, cebolla, aceite de oliva virgen extra/suave | 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas) | | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Guarnición | Patatas dado | frito | patatas, aceite de girasol alto oleico | | aceite de girasol | aceite de girasol alto oleico |
| Guarnición | Patatas fritas | frito | patatas diferentes cortes, aceite de girasol alto oleico | | aceite de girasol | aceite de girasol alto oleico |
| Guarnición | Patatas panaderas | asado | patatas, cebolla, ajo, pimienta, perejil, aceite de oliva virgen extra/suave | 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas) | pimienta | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Guarnición | Pisto manchego | rehogado | ajo, calabacines (40%), cebolla (20%), pimiento rojo (20%), pimiento verde (20%), laurel, tomate frito, aceite de oliva virgen extra/suave | | en calabacín IV Gama: trazas 6, 9 y 12; tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Guarnición | Tempura de verduras | frito | tempura de verduras (verduras 58%: calabacín, zanahoria, berenjena, cebolla, pimiento rojo y verde), aceite de girasol alto oleico | 1. gluten | aceite de girasol; según tempura: trazas 2,4,6,7,10,14 | aceite de girasol alto oleico |
| Guarnición | Verduras salteadas | rehogado | macedonia de verduras (patata, zanahoria, guisante, judía verde), ajo, aceite de oliva virgen extra/suave | Otros. Legumbres (guisantes y judías verdes) | | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Postre | Fruta | fresco | de temporada: naranja, pera, manzana, melón, sandía, plátano, ciruelas, albaricoques, clementinas... | | | |
| Postre | Fruta (troceada IV Gama - Macedonia) | fresco | piña, kiwi, manzana royal, naranja, uva negra, manzana granny... | | | |
| Postre | Gelatina | envasado | gelatina envasada | | | |
| Postre | Helado | helado | tarrina/vasito colectivo | 7. leche; 1. gluten (trazas en vainilla-choco), 3. huevo (trazas en vainilla-choco), 6. soja (trazas en vainilla-choco), 8. frutos de cáscara (trazas en tarrina y en vasito vainilla-choco) | en vasito colect. vainilla-choco: puede contener trazas de 1, 3, 6 y 8; en tarrina premium: puede contener trazas de 8 | |
| Postre | Melocoton en almibar | conserva | melocotón en almibar | | | |
| Postre | Piña en su jugo | conserva | piña en su jugo | | | |
| Postre | Yogur | fresco | yogur envasado | 7. leche | | |
| Otros/Guarnición | Salsa de tomate | frito | ajo, cebolla, tomate frito, tomate natural triturado, laurel, azúcar, aceite de oliva virgen extra/suave | | tomate frito: según partida contiene aceite de soja | aceite de oliva virgen extra/suave |
| Otros | Fondo blanco | cocido | codillos de jamón, esqueletos de pollo, huesos de ternera frescos, laurel, pimienta negra grano, pimiento verde, puerros, tomate natural, zanahorias | | pimienta negra grano; en zanahorias IV Gama: trazas 6, 9 y 12 | |



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, bacalao, gallo, boquerón, palometa, mujol, lenguadina (limanda), abadejo; 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 product 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.