

INGREDIENTES PRINCIPALES DE LOS MENÚS Y ALÉRGENOS

Si se necesita una mayor información sobre los contenidos de los diferentes platos puede dirigirse a la Secretaría del centro.

Importante: para otros ingredientes y alérgenos consulte la página final del documento

Los platos nuevos están resaltados en rojo

TIPO	PLATO	TÉCNICA	INGREDIENTES PRINCIPALES	ALÉRGENOS (Nº de grupo y alérgeno)	POSIBLES ALÉRGENOS SEGÚN PRODUCTOS UTILIZADOS	GRASAS PRINCIPALES
Primer plato	Acelgas con patatas rehogadas	cocido/rehogado	acelgas, patatas, ajo, pimentón dulce, aceite de oliva virgen extra	12. sulfitos (patatas peladas/cortadas)	pimentón dulce	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Alubias (judías) blancas /chorizo	guiso	judías blancas, magro, bacón, chorizo, patatas, tomate frito, verduras, ajo, pimentón dulce, aceite de oliva virgen extra	6. soja (posibles trazas en judía blanca), 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (judías blancas)	tomate frito (posible 6 (aceite)); pimentón dulce.	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Arroz a la griega	guiso	arroz, magro, salchichas frescas y Frankfurt, verduras, guisantes, tomate frito, fondo blanco, perejil, aceite de oliva virgen extra	12. sulfitos (salchichas frescas), Otros. Legumbres (guisantes)	fondo (zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12); en champiñón entero cong: 12; tomate frito (posible 6 (aceite))	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Arroz a la milanesa	guiso	arroz, bacón, paleta york, verduras, queso rallado, tomate frito, fondo blanco, perejil, colorante, aceite de oliva virgen extra	3. huevos (lisozima en queso rallado parmesano), 7. leche	fondo (zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12); en champiñón entero cong: 12; tomate frito (posible 6 (aceite)); colorante *(E-102 y E-110)	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Arroz con pollo	guiso	arroz, pimiento verde, pimiento rojo, zanahorias, ragout de pollo, fondo blanco, colorante, aceite de oliva virgen extra		fondo (si zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12); colorante *(E-102 y E-110)	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Arroz con tomate	guiso	arroz, cebolla, ajo, salsa de tomate, fondo blanco, aceite de oliva virgen extra		fondo (si zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12); en salsa tomate elab. Propia: en zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Arroz con verduras	guiso	arroz, verduras, guisantes, judías verdes, ajo, fondo blanco, tomate frito, aceite de oliva virgen extra	Otros. Legumbres (guisantes, judías verdes)	fondo (si zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12); en calabacín IV Gama: trazas 9 y 12; tomate frito (posible 6 (aceite))	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Arroz tres delicias	guiso	arroz, bacón, gambas, verduras, guisantes, tortilla francesa, fondo blanco, tomate frito, colorante, aceite de oliva virgen extra	2. crustáceos, 3. huevos, 12. sulfitos (gambas)	fondo (si zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12); colorante *(E-102 y E-110); tomate frito (posible 6 (aceite))	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Brócoli gratinado	cocido/gratinado	brócoli, ajo, salsa bechamel, queso rallado hilo, bacón, paleta york, aceite de oliva virgen extra	1. gluten, 7. leche	si queso rallado parmesano: huevo (3 - lisozima); harina (posible presencia 11)	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Brócoli con arroz Pilaw, jamón york y bacón	cocido/rehogado	brócoli, ajo, arroz Pilaw, jamón york, bacón, aceite de oliva virgen extra			aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Brócoli rehogado	rehogado	brócoli, ajo, jamón serrano, paleta york, bacón, aceite de oliva virgen extra			aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Champiñón salteado con jamón serrano	salteado	champiñón entero, ajo, jamón serrano, perejil, aceite de oliva virgen extra	12. sulfitos (champiñón entero)		aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Coliflor gratinada	cocido/gratinado	coliflor, salsa bechamel, queso rallado hilo, bacón, paleta york, aceite de oliva virgen extra	1. gluten, 7. leche	si queso rallado parmesano: huevo (3 - lisozima); harina (posible presencia 11)	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Coliflor rehogada	rehogado	coliflor, ajo, jamón serrano, paleta york, bacón, aceite de oliva virgen extra			aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Corazones de alcachofa con jamón serrano	salteado	alcachofa, ajo, jamón serrano, perejil, aceite de oliva virgen extra			aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Crema de acelgas	cocido	acelgas, zanahorias, puerros, calabacines, judías verdes, patatas, aceite de oliva virgen extra	12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (judías verdes)	en calabacín y zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Crema de alcachofas	cocido	alcachofas, verduras, patatas, queso barra-nata, nata líquida, pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra	3. huevos (lisozima en queso), 7. leche, 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas)	pimienta blanca, nuez moscada; en calabacín, calabaza y zanahoria IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Crema de brócoli	cocido	brócoli, verduras, judías verdes, patatas, aceite de oliva virgen extra	12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (judías verdes)	en calabaza, calabacín y zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Crema de calabacines	cocido	calabacines, verduras, patatas, queso barra-nata, nata líquida, pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra	3. huevos (lisozima en queso), 7. leche, 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas)	pimienta blanca, nuez moscada; en calabacín, zanahorias y calabaza IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Crema de calabaza	cocido	calabaza, verduras, patatas, queso barra-nata, pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra	3. huevos (lisozima en queso), 7. leche, 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas)	pimienta blanca, nuez moscada; en calabaza, calabacín y zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Crema de champiñones	cocido	champiñones, verduras, patatas, arroz, pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra	12. sulfitos (patatas peladas/cortadas)	pimienta blanca, nuez moscada; en champiñón entero cong: 12; en calabacín y zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Crema de coliflor	cocido	coliflor, puerros, nabos, calabacines, judías verdes, patatas, aceite de oliva	12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (judías verdes)	en calabacín IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Crema de espárragos	cocido	espárragos blancos tallos, verduras, nabos, patatas, nata líquida, queso barra-nata, pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra	3. huevos (lisozima en queso), 7. leche, 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas)	pimienta blanca, nuez moscada; en calabacín IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Crema de espinacas	cocido	espinacas, verduras, patatas, nata líquida, queso barra-nata, pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra	3. huevos (lisozima en queso), 7. leche, 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas)	pimienta blanca, nuez moscada; en calabacín, calabaza y zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Crema de guisantes	cocido	guisantes, judías verdes, puerros, zanahorias, patatas, nabos, nata líquida, queso barra-nata, pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra	3. huevos (lisozima en queso), 7. leche, 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (guisantes y judías verdes)	pimienta blanca, nuez moscada; en zanahorias y calabacín IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Crema de verduras	cocido	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	3. huevos (lisozima en queso), 7. leche, 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (guisantes, judías verdes)	pimienta blanca, nuez moscada; en calabaza, calabacín y zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Crema de zanahorias	cocido	zanahorias, verduras, patatas, nata líquida, queso barra-nata, pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra	3. huevos (lisozima en queso), 7. leche, 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas)	pimienta blanca, nuez moscada; en calabaza, calabacín y zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Crema Solferino	cocido	tomate, verduras, arroz, patatas, pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra	12. sulfitos (patatas peladas/cortadas)	pimienta blanca, nuez moscada; en calabacín, calabaza y zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Ensalada alemana de patata	cocido	patatas, cebolleta, cebollino, huevo duro, paleta york, mayonesa, mostaza, pepinillos, aceitunas verdes, salchichas Frankfurt, pimienta negra, aceite de oliva virgen extra	3. huevos, 10. mostaza, 12. sulfitos (pepinillos y patatas peladas/cortadas)	pimienta negra	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Ensalada campera	cocido	patata, aceitunas negras, cebolletas, pepino, pimiento verde, pimiento rojo, tomate, huevo duro, atún en aceite, aceite de oliva virgen extra	3. huevos, 4. pescado, 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas)		aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Ensalada campera (Infantil)	cocido	patatas, huevo duro, atún en aceite, aceitunas negras, aceite de oliva virgen extra	3. huevos, 4. pescado, 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas)		aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Ensalada de arroz	cocido	arroz Pilaw, aceitunas negras, tomate, guisantes, maíz dulce, tortilla francesa, gambas, palitos de cangrejo, paleta york, piña en su jugo, aceite de oliva virgen extra	2. crustáceos (y en palitos de cangrejo), 3. huevos (y en palitos cangrejo), 4. pescado, 12. sulfitos, 14. moluscos, Otros. Legumbres	arroz Pilaw: si fondo (si zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12)	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Ensalada de ave	cocido	pechuga de pollo, lechuga, aceitunas verdes, zanahorias, manzanas, queso barra-nata, huevo duro, paleta york, salsa rosa (si es casera:mayonesa-kétchup), aceite de oliva virgen extra	3. huevos (en queso lisozima, y en salsa rosa), 7. leche	si salsa rosa casera (3); en zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Ensalada de garbanzos	cocido	garbanzos, pechuga de pollo, maíz dulce, cebolletas, tomate, aceitunas negras, tortilla francesa, paleta york, cominos, aceite de oliva virgen extra	3. huevos, Otros. Legumbres (garbanzos)	si garbanzos envasados ya cocidos: 12	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Ensalada de pasta (Infantil)	cocido	fusilli tricolor, aceitunas negras, paleta york, pechuga de pollo, maíz dulce, tomate cereza, aceite de oliva virgen extra	1. gluten, 3. huevos (posibles trazas en pasta)		aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Ensalada de verano (de pasta)	cocido	fusilli tricolor, cebolleta, pimiento verde y rojo, tomate, piña en jugo, aceitunas n, gambas, palitos de cangrejo, huevo duro, queso barra-nata, paleta york, aceite de oliva virgen extra	1. gluten, 2. crustáceos (y en palitos cangrejo), 3. huevos (en pasta, queso y palitos cangrejo), 4. pescado, 7. leche, 12.sulfitos (gambas), 14. moluscos (palitos cangrejo)		aceite de oliva virgen extra

INGREDIENTES PRINCIPALES DE LOS MENÚS Y ALÉRGENOS

Si se necesita una mayor información sobre los contenidos de los diferentes platos puede dirigirse a la Secretaría del centro.

Importante: para otros ingredientes y alérgenos consulte la página final del documento

Los platos nuevos están resaltados en rojo

TIPO	PLATO	TÉCNICA	INGREDIENTES PRINCIPALES	ALÉRGENOS (Nº de grupo y alérgeno)	POSIBLES ALÉRGENOS SEGÚN PRODUCTOS UTILIZADOS	GRASAS PRINCIPALES
Primer plato	Ensaladilla rusa	cocido	ensaladilla rusa, huevo duro, atún en aceite, aceitunas negras, mayonesa, aceite de oliva virgen extra	3. huevos, 4. pescado, Otros. Legumbres (judías verdes y guisantes)		aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Espaguetis a la carbonara	cocido/rehogado	pasta, cebolla, ajo, bacón, nata, huevo líquido, leche, mantequilla, harina, queso rallado, pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra	1. gluten, 3. huevos (y posibles trazas en pasta y lisozima en queso rallado parmesano), 7. leche	pimienta blanca, nuez moscada	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Espinacas a la crema	cocido/gratinado	espinacas, harina, leche, mantequilla, queso rallado hilo, pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra	1. gluten, 7. leche	si queso rallado parmesano: huevo (3 - lisozima); harina (posible presencia 11); pimienta blanca, nuez moscada	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Estofado de verduras con pollo y patatas	guiso	menestra de verduras, ajo, cebolla, pimiento rojo, pimiento verde, patatas, filete de pollo, tomate frito, aceite de oliva virgen extra	12. sulfitos (patatas peladas/cortadas y en menestra), Otros. Legumbres (judías verdes, guisantes)	tomate frito (posible 6 (aceite)); en zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Fideuá de verduras	guiso	pasta seca (fideuá), pimiento rojo y verde, ajo, judías verdes, calabacines, zanahorias, champiñones, colorante, tomate frito, fondo blanco, aceite de oliva virgen extra	1. gluten, 3. huevos (posibles trazas en pasta), Otros. Legumbres (judías verdes)	tomate frito (posible 6 (aceite)); fondo (si zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12); en calabacín IV Gama: trazas 9 y 12; colorante *(E-102 y E-110)	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Fideuá de verduras y pollo (Infantil)	guiso	pasta seca (fideuá), calabacines, zanahorias, ragout de pollo, colorante, tomate frito, fondo blanco, aceite de oliva virgen extra	1. gluten, 3. huevos (posibles trazas en pasta)	tomate frito (posible 6 (aceite)); fondo (si zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12); en calabacín IV Gama: trazas 9 y 12; colorante *(E-102 y E-110)	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Fideuá mixta	guiso	pasta seca (fideuá), verduras, guisantes, calamar, gambas, cinta de lomo cerdo, pollo, salsa de tomate, colorante, fondo blanco, aceite de oliva virgen extra	1. gluten, 2. crustáceos, 3. huevos (posibles trazas en pasta), 12. sulfitos (gambas), 14. moluscos, Otros. Legumbres (guisantes)	en pota de calamar: posible 2 y 4; colorante *(E-102 y E-110); si salsa tomate elab. propia y fondo (si zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12)	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Gazpacho	fresco	tomate, pepino, pimiento rojo y/o verde, cebolla o cebolleta, ajo, pan, agua, comino (opcional), vinagre, aceite de oliva virgen extra	1. gluten, 12. sulfitos (vinagre)		aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Guisantes a la francesa	cocido/rehogado	guisantes, ajo, cebolla, lechuga, bacón, mantequilla, harina	1. gluten, 7. leche, Otros. Legumbres (guisantes)	harina (posible presencia 11)	
Primer plato	Guisantes con jamón	cocido/rehogado	guisantes, ajo, jamón serrano, aceite de oliva virgen extra	Otros. Legumbres		aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Judías blancas estofadas	guiso	judías blancas, patatas, verduras, magro, bacón, chorizo, huesos paleta, pimentón dulce, tomate, aceite de oliva virgen extra	6. soja (posibles trazas en judía blanca), Otros. Legumbres (judías blancas)	pimentón dulce	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	judías pintas con arroz	guiso	judías pintas, arroz, patatas, verduras, magro, bacón, chorizo, huesos paleta, pimentón dulce, tomate, aceite de oliva virgen extra	6. soja (posibles trazas en judía pinta), 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (judías pintas)	pimentón dulce	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	judías pintas estofadas	guiso	judías pintas, patatas, verduras, magro, bacón, chorizo, huesos paleta, pimentón dulce, tomate, aceite de oliva virgen extra	6. soja (posibles trazas en judía pinta), 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (judías blancas)	pimentón dulce	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Judías verdes con jamón	cocido/rehogado	judías verdes, jamón serrano, ajo, tomate frito, aceite de oliva virgen extra	Otros. Legumbres (judías verdes)	tomate frito (posible 6 (aceite))	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Judías verdes con patatas cocidas	cocido/rehogado	judías verdes, patatas, ajo, paleta york, aceite de oliva virgen extra	12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (judías verdes)		aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Judías verdes con tomate	cocido/rehogado	judías verdes, ajo, bacón, tomate frito, aceite de oliva virgen extra	Otros. Legumbres (judías verdes)	tomate frito (posible 6 (aceite))	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	judías verdes rehogadas	cocido/rehogado	judías verdes, ajo, cebolla, bacón, aceite de oliva virgen extra	Otros. Legumbres (judías verdes)		aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Lentejas a la antigua/campesinas/abuela/estofadas	guiso	lentejas, verduras, judías verdes, patatas, chorizo, puntas de jamón, pimentón dulce, tomate frito, aceite de oliva virgen extra	12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (lentejas, judías verdes)	tomate frito (posible 6 (aceite)); pimentón dulce; en calabacín IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Macedonia de verduras (Infantil)	cocido/rehogado	macedonia de verduras: guisantes, judías verdes, patatas, zanahorias, jamón serrano, bacón, paleta york, aceite de oliva virgen extra	Otros. Legumbres (guisantes, judías verdes)		aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Macedonia de verduras con jamón	cocido/rehogado	macedonia de verduras: guisantes, judías verdes, patatas, zanahorias, ajo, jamón serrano, pimentón dulce, vinagre, aceite de oliva virgen extra	Otros. Legumbres (guisantes, judías verdes), 12. sulfitos (vinagre)	pimentón dulce	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Menestra de verduras	cocido/rehogado	menestra de verduras, cebolla, ajo, patatas, jamón serrano, tomate natural triturado, aceite de oliva virgen extra	12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (guisantes, judías verdes)		aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Paella	guiso	arroz, verduras, guisantes, calamar, gambas, mejillones, magro, pollo, fondo blanco, colorante, aceite de oliva virgen extra	2. crustáceos, 12. sulfitos (gambas), 14. moluscos, Otros. Legumbres (guisantes)	en pota de calamar: posible 2 y 4; fondo (si zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12); colorante *(E-102 y E-110)	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Parrillada de calabacín	asado	parrillada de calabacín		aceite de girasol	
Primer plato	Pasta a la boloñesa	cocido/rehogado	pasta, verduras, carne picada de cerdo y de ternera, maizena, tomate frito, pimienta blanca, aceite de oliva virgen extra	1. gluten, 3. huevos (posibles trazas en pasta)	tomate frito (posible 6 (aceite)); pimienta blanca; en zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Pasta a la italiana	cocido/rehogado	pasta, bacón, chorizo, paleta york, verduras, queso rallado hilo, orégano, tomate frito, bechamel, aceite de oliva virgen extra	1. gluten, 3. huevos (posibles trazas en pasta), 7. leche	si queso rallado parmesano: huevo (3 - lisozima); tomate frito (posible 6 (aceite))	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Pasta a la napolitana	cocido/rehogado	pasta, bacón, chorizo, paleta york, verduras, orégano, tomate frito, aceite de oliva virgen extra	1. gluten, 3. huevos (posibles trazas en pasta)	tomate frito (posible 6 (aceite))	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Pasta con carne gratinada	cocido/gratinado	pasta, carne picada de cerdo y ternera, queso rallado hilo, bechamel, maizena, verduras, tomate frito, aceite de oliva virgen extra	1. gluten, 3. huevos (posibles trazas en pasta), 7. leche	si queso rallado parmesano: huevo (3 - lisozima); tomate frito (posible 6 (aceite)); en zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Pasta con tomate	cocido/rehogado	pasta, tomate natural triturado, tomate frito, cebolla, ajo, orégano, azúcar, aceite de oliva virgen extra	1. gluten, 3. huevos (posibles trazas en pasta)	tomate frito (posible 6 (aceite))	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Pastel de verduras	asado/gratinado	calabacines, cebolla, pimiento rojo, pimiento verde, patatas, leche, queso rallado hilo, mantequilla, harina, pimienta blanca, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra	1. gluten, 7. leche, 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas)	harina (posible presencia 11); pimienta blanca, nuez moscada; en calabacín IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Patatas a la marinera	guiso	patatas, merluza, gambas, calamar, verduras, guisantes, pimentón dulce, colorante, perejil, aceite de oliva virgen extra	2. crustáceos, 4. pescado, 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas y gambas), 14. moluscos	en pota de calamar: posible 2 y 4; colorante *(E-102 y E 110); pimentón dulce	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Patatas con costillas	guiso	patatas, costillas y cinta adobada de cerdo, verduras, guisantes, pimentón dulce, colorante, perejil, aceite de oliva virgen extra	12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (guisantes)	colorante *(E-102 y E-110); pimentón dulce	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Patatas guisadas / magro	guiso	patatas, magro de cerdo, verduras, guisantes, pimentón dulce, colorante, aceite de oliva virgen extra	12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (guisantes)	colorante *(E-102 y E 110); pimentón dulce	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Patatas guisadas / pescado	guiso	patatas, merluza, ajo, cebolla, fumet, pimentón dulce, colorante, aceite de oliva virgen extra	4. pescado, 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas)	fumet (2, 4, 9, 14); colorante *(E-102 y E 110); pimentón dulce	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Patatas guisadas con pescado (Infantil)	guiso	patatas, merluza, ajo, cebolla, fumet, aceite de oliva virgen extra	4. pescado, 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas)	fumet (2, 4, 9, 14)	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Potaje de garbanzos (Vigilia)	guiso	garbanzos, bacalao, patatas, verduras, tomate frito, huevo duro, pimentón dulce, aceite de oliva virgen extra	3. huevos, 4. pescado, 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (garbanzos)	tomate frito (posible 6 (aceite)); pimentón dulce	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Potaje de garbanzos estofados	guiso	garbanzos, patatas, verduras, chorizo, magro, bacón, tomate frito, pimentón dulce, aceite de oliva virgen extra	12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (garbanzos)	tomate frito (posible 6 (aceite)); pimentón dulce	aceite de oliva virgen extra

INGREDIENTES PRINCIPALES DE LOS MENÚS Y ALÉRGENOS

Si se necesita una mayor información sobre los contenidos de los diferentes platos puede dirigirse a la Secretaría del centro.

Importante: para otros ingredientes y alérgenos consulte la página final del documento

Los platos nuevos están resaltados en rojo

TIPO	PLATO	TÉCNICA	INGREDIENTES PRINCIPALES	ALÉRGENOS (Nº de grupo y alérgeno)	POSIBLES ALÉRGENOS SEGÚN PRODUCTOS UTILIZADOS	GRASAS PRINCIPALES
Primer plato	Puré de judías (alubias) blancas (Infantil)	cocido	judías blancas, calabacines, zanahorias, puerros, patatas, tomate frito, aceite de oliva virgen	6. soja (posibles trazas en judía blanca), 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (judías blancas)	tomate frito (posible 6 (aceite)); en calabacín y zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Puré de judías (alubias) pintas (Infantil)	cocido	judías pintas, calabacines, zanahorias, puerros, patatas, tomate frito, aceite de oliva virgen extra	6. soja (posibles trazas en judía pinta), 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (judías pintas, judías verdes)	tomate frito (posible 6 (aceite)); en calabacín y zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Puré de judías verdes (Infantil)	cocido	judías verdes, patatas, puerros, aceite de oliva virgen extra	12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (judías verdes)		aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Puré de verdura (Infantil)	cocido	calabacines, acelgas, zanahorias, puerros, judías verdes, patatas, aceite de oliva virgen extra	12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (judías verdes)	en calabacín y zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Puré de verdura con huevo y pollo (Infantil)	cocido	calabacines, acelgas, zanahorias, puerros, judías verdes, patatas, filete de pollo, huevos, aceite de oliva virgen extra	3. huevos, 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas)	en calabacín y zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Puré de verdura con pescado (Infantil)	cocido	calabacines, acelgas, zanahorias, puerros, judías verdes, patatas, merluza, aceite de oliva virgen extra	4. pescado, 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (judías verdes)	en calabacín y zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Puré de verdura con pollo (Infantil)	cocido	calabacines, acelgas, zanahorias, puerros, judías verdes, patatas, filete de pollo, aceite de oliva virgen extra	12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (judías verdes)	en calabacín y zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Puré de verdura con ternera (Infantil)	cocido	calabacines, acelgas, zanahorias, puerros, judías verdes, patatas, filete de ternera, aceite de oliva virgen extra	12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (judías verdes)	en calabacín y zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Puré de verdura con ternera y lentejas/garbanzos (Infantil)	cocido	lentejas/garbanzos, calabacines, acelgas, zanahorias, puerros, judías verdes, patatas, filete de ternera, aceite de oliva virgen extra	12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (lentejas/garbanzos, judías verdes)	en calabacín y zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Tallarines tres delicias	cocido/rehogado	pasta, zanahorias, ajo, guisantes, gambas, tortilla francesa, paleta york, aceite de oliva virgen extra	1. gluten, 2. crustáceos, 3. huevos (y posibles trazas en pasta), 12. sulfitos (gambas), Otros. Legumbres (guisantes)		aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Tallarines tres delicias (Infantil)	cocido/rehogado	pasta, zanahorias, ajo, tortilla francesa, paleta york, aceite de oliva virgen extra	1. gluten, 3. huevos (y posibles trazas en pasta)		aceite de oliva
Primer plato	Tempura de verduras	frito	tempura de verduras, aceite de girasol alto oleico	1. gluten	aceite de girasol	aceite de girasol alto oleico
Primer plato	Salmorejo	fresco	tomate, ajo, pan, huevo (opcional), jamón serrano (opcional), pimienta roja (opcional), vinagre (opcional), aceite de oliva virgen extra	1. gluten, 3. huevos, 12. sulfitos (vinagre)		aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Salteado de verduras mediterráneo	rehogado	salteado de verduras mediterráneo, ajo, perejil, aceite de oliva virgen extra	Otros. Legumbres (judías verdes)		aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Sopa a la marinera	cocido	fideos, arroz, verduras, gambas, calamar, merluza, fumet, caldo de pescado, tomate frito, colorante, aceite de oliva virgen extra	1. gluten, 2. crustáceos, 3. huevos (posibles trazas en pasta), 4. pescado, 12. sulfitos (gambas), 14. moluscos	en pota calamar: posible 2 y 4; fumet (2, 4, 9, 14); tomate f. (6); colorante* ; zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Sopa Bullabesa	cocido	fideos, arroz, verduras, calamar, gambas, merluza, fumet, caldo de pescado, tomate frito, colorante, aceite de oliva virgen extra	1. gluten, 2. crustáceos, 3. huevos (posibles trazas en pasta), 4. pescado, 12. sulfitos (gambas)	en pota calamar: posible 2 y 4; fumet (2, 4, 9, 14); tomate f. (6); colorante* (E-102 y E-110); zanahoria IV: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Primer plato	Sopa de ave con estremitas	cocido	pasta estremitas, filete de pollo, paleta york, huevo duro, verduras, esqueletos de pollo, huesos paleta y ternera frescos, caldo de pollo polvo, tomate frito, colorante	1. gluten, 3. huevos (y posibles trazas en pasta)	tomate frito (posible 6 (aceite)); colorante*; en zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12	
Primer plato	Sopa de ave con fideos	cocido	fideos, pollo, huevo duro, verduras, esqueletos de pollo, huesos paleta y ternera frescos, tomate frito, colorante	1. gluten, 3. huevos (y posibles trazas en pasta)	tomate frito (posible 6 (aceite)); colorante *(E-102 y E-110); en zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12	
Primer plato	Sopa de ave con letras	cocido	pasta letras, pollo, huevo duro, verduras, codillos de jamón, esqueletos de pollo y ternera frescos, tomate frito, colorante	1. gluten, 3. huevos (y posibles trazas en pasta)	tomate frito (posible 6 (aceite)); colorante *(E-102 y E-110); en zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12	
Primer plato	Sopa de pescado con estremitas	cocido	pasta estremitas, merluza, fletán, zanahorias, cebolla, ajo, caldo de pescado	1. gluten, 2. crustáceos (posible en fletán), 3. huevos (posibles trazas en pasta), 4. pescado, 14. moluscos (posible en fletán)		
Primer plato	Sopa Juliana	cocido	pasta, verduras deshidratadas, mirepoix de verdura, codillos de jamón, esqueletos de pollo y huesos ternera frescos	1. gluten, 3. huevos (posibles trazas en pasta), 9. apio	según tipo verdura juliana deshidratada, puede contener trazas de sulfitos (12)	
Primer plato	Sopa de picadillo	cocido	pasta de lluvia, pollo, paleta york, huevo duro, verduras, esqueletos de pollo, huesos jamón y ternera frescos, tomate frito, colorante	1. gluten, 3. huevos (y posibles trazas en pasta)	tomate f. (posib. 6 (aceite)); colorante *(E-102 y E-110); en zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12; según verdura desidr. puede contener trazas 12	
Primer plato	Sopa de verdura con conchitas	cocido	pasta de conchitas, verduras deshidratadas, verduras, caldo de pollo, esqueletos de pollo, huesos paleta y ternera frescos	1. gluten, 3. huevos (posibles trazas en pasta), 9. apio	en zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12); en zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12	
Primer plato	Zanahorias rehogadas con ajo y bacón	cocido/rehogado	zanahorias baby, ajo, bacón, aceite de oliva virgen extra			aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Albóndigas a la antigua/caseras/abuela	guiso	albóndigas (vacuno/mixtas), verduras, guisantes, patatas (acompañam), maizena, tomate frito, fondo blanco, aceite de oliva virgen extra	1. gluten (albóndigas), 6. soja (albóndigas), 12. sulfitos (albóndigas), Otros. Legumbres (guisantes)	caldo (9; en zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12); tomate frito (6 (aceite)); en champiñón entero cong: 12	aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Atún con pisto	asado/frito	atún, verduras (acompañam), tomate frito (pisto), aceite de oliva virgen extra	4. pescado	tomate frito (posible 6 (aceite)); en calabacín IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Calamares a la romana	frito	calamar rebozado, aceite de girasol alto oleico	1. gluten, 7. leche, 14. moluscos	puede contener trazas: 2,3,4,6 y 12; aceite de girasol	aceite de girasol alto oleico
Segundo plato	Canelones de atún	gratinado	canelones de atún, leche, mantequilla, harina, queso rallado hilo, tomate frito, pimienta blanca, nuez moscada	1. gluten, 4. pescado, 7. leche (y en canelones derivados lácteos), 12. sulfitos	si queso rallado parmesano: huevo (3 - lisoizima); tomate frito (posible 6); harina (posible 11); pimienta blanca, nuez moscada; aceite de girasol	
Segundo plato	Canelones de carne	gratinado	canelones de carne, leche, mantequilla, harina, queso rallado hilo, tomate frito, pimienta blanca, nuez moscada	1. gluten, 7. leche (y en canelones der.lácteos)	si queso rallado parmesano: huevo (3 - lisoizima); tomate frito (posible 6), harina (posible 11); pimienta blanca, nuez moscada; aceite de girasol	
Segundo plato	Caprichos de calamar (Infantil)	frito	calamar rebozado, aceite girasol alto oleico	1. gluten, 3. huevos, 4. pescado (trazas), 7. leche, 14. moluscos	puede contener trazas: 2, 6, 9 y 12; aceite de girasol	aceite de girasol alto oleico
Segundo plato	Chuleta de cerdo a la plancha	asado	chuleta de cerdo, ajo, aceite de oliva virgen extra			aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Chuleta de Sajonia a la plancha	asado	chuleta de Sajonia, ajo, aceite de oliva virgen extra			aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Cinta de lomo al ajillo al horno	asado	cinta de lomo de cerdo al ajillo, aceite de oliva virgen extra			aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Cinta de lomo/fresca/adobada a la plancha	asado	cinta de lomo de cerdo, aceite de oliva virgen extra			aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Croquetas con jamón	frito	croquetas con jamón, aceite de girasol alto oleico	1. gluten, 7. leche	aceite de girasol	aceite de girasol alto oleico
Segundo plato	Delicias de jamón y queso	frito	delicias de jamón y queso, aceite de girasol alto oleico	1. gluten, 3. huevos, 7. leche	pimentón; aceite de girasol	aceite de girasol alto oleico

INGREDIENTES PRINCIPALES DE LOS MENÚS Y ALÉRGENOS

Si se necesita una mayor información sobre los contenidos de los diferentes platos puede dirigirse a la Secretaría del centro.

Importante: para otros ingredientes y alérgenos consulte la página final del documento

Los platos nuevos están resaltados en rojo

TIPO	PLATO	TÉCNICA	INGREDIENTES PRINCIPALES	ALÉRGENOS (Nº de grupo y alérgeno)	POSIBLES ALÉRGENOS SEGÚN PRODUCTOS UTILIZADOS	GRASAS PRINCIPALES
Segundo plato	Empanadillas de atún	frito	empanadillas de atún, aceite de girasol alto oleico	1. gluten (y trazas), 3. huevos, 4. pescado	aceite de girasol	aceite de girasol alto oleico
Segundo plato	Escalope de ternera empanado	frito	filete de ternera, harina, huevo líquido, pan rallado, aceite de girasol alto oleico	1. gluten, 3. huevos	harina (posible presencia 11); aceite de girasol	aceite de girasol alto oleico
Segundo plato	Estofado de cerdo	guiso	magro de cerdo, verduras, maizena, tomate frito, pimentón dulce, aceite de oliva virgen extra		tomate frito (posible 6 (aceite)); pimentón dulce: en zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Filete de pavo a la plancha	asado	filete de pavo fresco, aceite de oliva virgen extra			aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Filete de pavo braseado a la plancha	asado	filete de pavo braseado, aceite de oliva virgen extra			aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Filete de pavo empanado	frito	filete de pavo fresco, harina, huevo líquido, pan rallado, aceite de girasol alto oleico	1. gluten, 3. huevos	harina (posible presencia 11); aceite de girasol	aceite de girasol alto oleico
Segundo plato	Filete de pollo a la plancha	asado	filete de pollo, aceite de oliva virgen extra			aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Filete de pollo empanado	frito	filete de pollo, harina, huevo líquido, pan rallado, perejil, aceite de girasol alto oleico	1. gluten, 3. huevos	harina (posible presencia 11); aceite de girasol	aceite de girasol alto oleico
Segundo plato	Filete de ternera a la milanesa	frito	filete de ternera, harina, huevo líquido, pan rallado, queso rallado, perejil, aceite de girasol alto oleico	1. gluten, 3. huevos (y lisozima en queso rallado parmesano), 7. leche	harina (posible presencia 11); aceite de girasol	aceite de girasol alto oleico
Segundo plato	Filete ruso	frito	hamburguesa, harina, huevo líquido, pan rallado, ajo, perejil, aceite de girasol alto oleico	1. gluten, 3. huevos	harina (posible presencia 11); proteína, almidón y/o fibra de guisante; aceite de girasol	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; harina (posible presencia 11); aceite de girasol	aceite de girasol alto oleico
Segundo plato	Hamburguesa casera a la plancha	asado	carne picada de ternera, pimienta, aceite de oliva virgen extra		pimienta	aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Hamburguesa de salmón	asado	hamburguesa (salmón), aceite de oliva virgen extra	4. pescado, 7. leche	pimienta	aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Hamburguesa (de vacuno) a la plancha	asado	hamburguesa (vacuno), aceite de oliva virgen extra		proteína, almidón y/o fibra de guisante	aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Jamoncitos de pollo al chilindrón	asado/guiso	jamoncitos de pollo, ajo, cebolla, pimiento rojo, pimiento verde, tomate frito, aceite de oliva virgen extra		tomate frito (posible 6 (aceite)); aceite de girasol	aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Lasaña de carne	gratinado	lasaña de carne, harina, leche, mantequilla, queso rallado hilo, salsa de tomate(*), nuez moscada, pimienta blanca	1. gluten, 7. leche	trazas: 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 14; harina (posible presencia 11); si queso rallado parmesano: huevo (3 -lisozima); pimienta b., nuez m.; (*zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12; aceite de girasol	
Segundo plato	Lomo asado en su jugo	asado	cinta de lomo de cerdo, verduras, maizena, tomate natural triturado, pimienta, aceite de oliva virgen extra		pimienta	aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Merluza Bella Easo	asado	merluza, gambas, mantequilla, queso, jamón york, demi-glacé, limón, perejil	2. crustáceos, 3. huevos (en queso (lisozima)), 4. pescado, 7. leche	demi-glacé polvo (1, 6, 7 y trazas 3 y 9; pimentón)	
Segundo plato	Mini croquetas (Infantil)	frito	mini croquetas, aceite de girasol alto oleico	1. gluten, 3. huevo (trazas), 7. leche, 10. mostaza (trazas)	pimienta, nuez moscada; aceite de girasol	aceite de girasol alto oleico
Segundo plato	Muslitos de pollo a la crema	asado	muslitos de pollo, harina, nata líquida, leche, mantequilla, nuez moscada, pimienta blanca, aceite de oliva virgen extra	1. gluten, 7. leche	harina (posible presencia 11); pimienta blanca, nuez moscada	aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Pescado a la bilbaina	frito	pescado, pimiento morrón, ajo, harina, huevo líquido, vinagre, perejil, aceite de girasol alto oleico, aceite de oliva virgen extra	1. gluten, 3. huevos, 4. pescado, 12. sulfitos (vinagre)	en pez espada: posible 2 y 14; harina (posible presencia 11); aceite de girasol	aceite de oliva virgen extra y aceite de girasol alto oleico
Segundo plato	Pescado a la gaditana	frito	pescado, harina, ajo, pimentón dulce, perejil, aceite de girasol alto oleico	1. gluten, 4. pescado	harina (posible presencia 11), pimentón dulce; aceite de girasol	aceite de girasol alto oleico
Segundo plato	Pescado a la gallega	cocido	pescado, patatas (acompañam), pimentón dulce, aceite de oliva virgen extra	4. pescado, 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas)	pimentón dulce	aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Pescado a la madrileña	frito	pescado, huevo líquido, harina, ajo, perejil, aceite de girasol alto oleico	1. gluten, 3. huevos, 4. pescado	harina (posible presencia 11); aceite de girasol	aceite de girasol alto oleico
Segundo plato	Pescado a la marinera	frito/asado	pescado, almejas, gambas, cebolla, ajo, harina, fumet, tomate frito, colorante, perejil, aceite de girasol alto oleico, aceite de oliva virgen extra	1. gluten, 2. crustáceos, 4. pescado, 12. sulfitos (gambas), 14. moluscos	en fletán: posible 2 y 14; fumet (2, 4, 9, 14); harina (posible presencia 11); tomate frito (posible 6 (aceite)); colorante*; aceite de girasol	aceite de oliva virgen extra y aceite de girasol alto oleico
Segundo plato	Pescado a la milanesa	frito	pescado, huevo líquido, harina, pan rallado, queso rallado, aceite de girasol alto oleico	1. gluten, 3. huevos (y lisozima en queso rallado parmesano), 4. pescado, 7. leche	en fletán y pez espada: posible 2 y 14; harina (posible presencia 11); aceite de girasol	aceite de girasol alto oleico
Segundo plato	Pescado a la molinera	frito	pescado, huevo líquido, harina, pan rallado, ajo, perejil, aceite de girasol alto oleico	1. gluten, 3. huevos, 4. pescado	en fletán y pez espada: posible 2 y 14; harina (posible presencia 11); aceite de girasol	aceite de girasol alto oleico
Segundo plato	Pescado a la plancha	asado	pescado, aceite de oliva virgen extra	4. pescado	en pez espada: posible 2 y 14	aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Pescado a la romana	frito	pescado, huevo líquido, harina, ajo, perejil, aceite de girasol alto oleico	1. gluten, 3. huevos, 4. pescado	harina (posible presencia 11); aceite de girasol	aceite de girasol alto oleico
Segundo plato	Pescado a la vasca	guiso	pescado, almejas, gambas, verduras, espárragos, guisantes, harina, huevo duro, perejil, aceite de oliva virgen extra	1. gluten, 2. crustáceos, 3. huevos, 4. pescado, 12. sulfitos (gambas), 14. moluscos, Otros. Legumbres (guisantes)	harina (posible presencia 11)	aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Pescado al vapor (Infantil)	cocido	merluza, ajo, limón, perejil, aceite de oliva virgen extra	4. pescado		aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Pescado con salsa alicantina	asado	pescado, verduras (acompañam), tomate frito (pisto), mayonesa, ajo, perejil, aceite de oliva virgen extra	2. crustáceos (posible en pez espada), 3. huevos, 4. pescado, 14. moluscos (posible en pez espada)	tomate frito (posible 6 (aceite)); en calabacín IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Pescado con salsa Colbert	frito	pescado, harina, pan rallado (opcional), huevo líquido, ajo, zumo limón, mantequilla, demi-glacé, estragón, perejil, aceite de girasol alto oleico	1. gluten, 3. huevos, 4. pescado, 7. leche	en fletán: posible 2 y 14; demi-glacé polvo (1, 6, 7 y trazas 3 y 9; pimentón); harina (posible presencia 11); aceite de girasol	aceite de girasol alto oleico
Segundo plato	Pescado con tomate	frito	pescado, cebolla, ajo, harina, tomate frito, tomate natural triturado, pimienta negra, aceite de girasol alto oleico, aceite de oliva virgen extra	1. gluten, 4. pescado	en fletán: posible 2 y 14; harina (posible presencia 11); pimienta negra; tomate frito (posible 6 (aceite)); aceite de girasol	aceite de oliva virgen extra y aceite de girasol alto oleico
Segundo plato	Pescado en salsa	frito/asado	pescado, cebolla, ajo, harina, pan frito, tomate natural triturado, gambas, condimento azafranado, perejil, aceite de girasol, aceite de oliva virgen extra	1. gluten, 2. crustáceos, 4. pescado, 12. sulfitos (gambas)	harina (posible presencia 11); aceite de girasol	aceite de oliva virgen extra y aceite de girasol alto oleico
Segundo plato	Pizza Cuatro Estaciones	asado/gratinado	bases de pizza, bacón, chorizo, salchichón, paleta york, queso barra-nata, orégano, tomate frito	1. gluten, 3. huevos (en queso (lisozima) y posible en base pizza), 7. leche	tomate frito (posible 6 (aceite))	

INGREDIENTES PRINCIPALES DE LOS MENÚS Y ALÉRGENOS

Si se necesita una mayor información sobre los contenidos de los diferentes platos puede dirigirse a la Secretaría del centro.

Importante: para otros ingredientes y alérgenos consulte la página final del documento

Los platos nuevos están resaltados en rojo

TIPO	PLATO	TÉCNICA	INGREDIENTES PRINCIPALES	ALÉRGENOS (Nº de grupo y alérgeno)	POSIBLES ALÉRGENOS SEGÚN PRODUCTOS UTILIZADOS	GRASAS PRINCIPALES
Segundo plato	Pizza casera (Infantil)	asado/gratinado	bases de pizza, paleta york, salchichón, queso barra-nata, orégano; tomate frito	1. gluten, 3. huevos (en queso (lisozima) y posible en base pizza), 7. leche	tomate frito (posible 6 (aceite))	
Segundo plato	Pizza de verduras y atún	asado/gratinado	bases de pizza, calabacines, pimiento rojo, pimiento verde, cebolla, atún en aceite, queso barra-nata, orégano, tomate frito, aceite de oliva virgen extra	1. gluten, 3. huevos (en queso (lisozima) y posible en base pizza), 4. pescado, 7. leche	tomate frito (posible 6 (aceite))	aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Pollo al ajillo	asado	pollo, harina, ajo, vinagre, perejil, aceite de girasol alto oleico, aceite de oliva virgen extra	1. gluten, 12. sulfitos (vinagre)	harina (posible presencia 11); aceite de girasol	aceite de oliva virgen extra y aceite de girasol alto oleico
Segundo plato	Pollo asado	asado	pollo, caldo de pollo, maizena, ajo, vinagre, perejil, aceite de oliva virgen extra	12. sulfitos (vinagre)		aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Pollo Cordon Bleu	frito	pollo cordon bleu, aceite de girasol alto oleico	1. gluten, 6. soja (y posibles trazas), 7. leche, 12. sulfitos (posibles trazas)	aceite de girasol	aceite de girasol alto oleico
Segundo plato	Pollo en pepitoria	asado/guiso	pollo, cebolla, almendras, pan frito, huevo duro, harina, pimienta, nuez moscada, azafrán, perejil, aceite de girasol alto oleico	1. gluten, 3. huevos, 8. frutos de cáscara (almendra)	harina (posible presencia 11); pimienta, nuez moscada; aceite de girasol	aceite de girasol alto oleico
Segundo plato	Pollo guisado a la antigua	guiso	ragout de pollo, verduras, guisantes, patatas (acompañam), tomate frito, pimentón, aceite de oliva virgen extra	12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (guisantes)	tomate frito (posible 6 (aceite)); pimentón; en zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Ragout de magro	guiso	ragout de cerdo, verduras, guisantes, maizena, pimienta blanca, pimentón dulce, tomate frito, aceite de oliva virgen extra	Otros. Legumbres (guisantes)	tomate frito (posible 6 (aceite)); pimienta blanca; pimentón dulce	aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Ragout de pollo	guiso	ragout de pollo, cebolla, ajo, maizena, mosto blanco, perejil, nuez moscada, aceite de oliva virgen extra		nuez moscada	aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Ragout de ternera	guiso	ragout de ternera, verduras, guisantes, maizena, pimienta blanca, pimentón dulce, tomate frito, aceite de oliva virgen extra	Otros. Legumbres (guisantes)	tomate frito (posible 6 (aceite)); pimienta blanca; pimentón dulce	aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Redondo de ternera asado	asado	ternera, verduras, apio, tomate natural triturado, maizena, pimienta, aceite de oliva virgen extra	9. apio	pimienta; en zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Rotí de pavo asado	asado	rotí de pavo, verduras, maizena, tomate frito, pimienta, aceite de oliva virgen extra		tomate frito (posible 6 (aceite)); pimienta; en zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Rotí de pavo con salsa Demi-glace	asado	rotí de pavo, verduras, demi-glace, tomate natural triturado, aceite de oliva virgen extra		demi-glace polvo (1, 6, 7 y trazas 3 y 9; pimentón); en zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Salchichas Frankfurt	frito	salchichas Frankfurt, tomate ketchup (acompañ.), aceite de girasol alto oleico		aceite de girasol	aceite de girasol alto oleico
Segundo plato	Salchichas frescas en salsa	asado/guiso	salchichas frescas, cebolla, ajo, tomate natural triturado, tomate frito, aceite de oliva virgen extra	12. sulfitos (salchichas)	tomate frito (posible 6 (aceite))	aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Salmón empanado	frito	salmón, harina, huevo líquido, pan rallado, ajo, perejil, aceite de girasol alto oleico	1. gluten, 3. huevos, 4. pescado	harina (posible presencia 11); aceite de girasol	aceite de girasol alto oleico
Segundo plato	Solomillo de cerdo a las finas hierbas	frito	solomillo de cerdo, huevo líquido, harina, pan rallado, finas hierbas, perejil, aceite de girasol alto oleico	1. gluten, 3. huevos	harina (posible presencia 11); aceite de girasol	aceite de girasol alto oleico
Segundo plato	Suquet de merluza	asado	merluza, patatas (acompañam), cebolla, ajo, tomate natural triturado, fumet, pimienta, perejil, aceite de oliva virgen extra	4. pescado, 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas)	fumet (2, 4, 9, 14); pimienta	aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Ternera asada en su jugo	asado	ternera, verduras, maizena, tomate frito, pimienta, aceite de oliva virgen extra		tomate frito (posible 6 (aceite)); pimienta; en zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Ternera picada rehogada (Infantil)	rehogado	ternera picada, cebolla, ajo, tomate, aceite de oliva virgen extra			aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Ternera rosada en salsa de limón	asado	aguja de ternera/contra de ternera rosada, ajos, cebollas, limón, maizena, nata líquida, hierbas provenzales, aceite de oliva virgen extra	7. leche		aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Tortilla de patata	asado	tortilla de patata (con cebolla), aceite de oliva virgen extra	3. huevos		aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Tortilla francesa	asado	tortilla francesa, aceite de oliva virgen extra	3. huevos		
Segundo plato	Tortilla francesa /jamón york	asado	tortilla francesa, jamón york, aceite de oliva virgen extra	3. huevos		aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Tortilla francesa /jamón york y queso	asado	tortilla francesa, jamón york, queso barra-nata, aceite de oliva virgen extra	3. huevos (lisozima en queso), 7. leche		aceite de oliva virgen extra
Segundo plato	Tortilla francesa/queso	asado	tortilla francesa, queso barra-nata, aceite de oliva virgen extra	3. huevos (lisozima en queso), 7. leche		aceite de oliva virgen extra
Plato único	Cocido completo - carne	cocido	pechuga de pollo, chorizo, codillos de jamón, morcilla de Burgos, morcillo, panceta, tocino		según morcilla Burgos (6 y 7)	
Plato único	Cocido completo - otros	cocido	garbanzos, patatas, huesos de caña, esqueletos de pollo	12. sulfitos (patatas peladas/cortadas), Otros. Legumbres (garbanzos)		
Plato único	Cocido completo - sopa	cocido	caldo, fideos	1. gluten, 3. huevos (pasta), Otros. Legumbres (garbanzos)		
Plato único	Cocido completo - verdura	cocido	repollo, zanahorias		en zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12	
Guarnición	Arroz blanco	cocido	arroz, ajo, fondo blanco		fondo (si zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12)	
Guarnición	Arroz Pilaw	cocido	arroz, cebolla, ajo, fondo blanco o agua, aceite de oliva virgen extra		fondo (si zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12)	aceite de oliva virgen extra
Guarnición	Asadillo de pimientos	asado	pimientos, ajo, pimentón dulce			
Guarnición	Calabacines en fritura	frito	calabacines, harina, aceite de girasol alto oleico	1. gluten	harina (posible presencia 11); aceite de girasol	aceite de girasol alto oleico
Guarnición	Cuscús con verduras	rehogado	cuscús con verduras, aceite de oliva virgen extra	1. gluten, Otros. Legumbres (judías verdes, lentejas)		aceite de oliva virgen extra
Guarnición	Ensalada de lechuga	fresco	lechuga iceberg, vinagre, aceite de oliva virgen extra	12. sulfitos (vinagre)		aceite de oliva virgen extra

INGREDIENTES PRINCIPALES DE LOS MENÚS Y ALÉRGENOS

Si se necesita una mayor información sobre los contenidos de los diferentes platos puede dirigirse a la Secretaría del centro.

Importante: para otros ingredientes y alérgenos consulte la página final del documento

Los platos nuevos están resaltados en rojo

TIPO	PLATO	TÉCNICA	INGREDIENTES PRINCIPALES	ALÉRGENOS (Nº de grupo y alérgeno)	POSIBLES ALÉRGENOS SEGÚN PRODUCTOS UTILIZADOS	GRASAS PRINCIPALES
Guarnición	Ensalada de tomate	fresco	tomate, orégano, vinagre, aceite de oliva virgen extra	12. sulfitos (vinagre)		aceite de oliva virgen extra
Guarnición	Ensalada de tomate y queso	fresco	tomate, queso barra-nata, orégano, vinagre, aceite de oliva virgen extra	3. huevos (lisozima en queso), 7. leche, 12. sulfitos (vinagre)		aceite de oliva virgen extra
Guarnición	Ensalada mixta	fresco	lechuga iceberg, tomate, aceitunas negras o verdes, vinagre, aceite de oliva virgen extra	12. sulfitos (vinagre)		aceite de oliva virgen extra
Guarnición	Parrillada de calabacín	asado	parrillada de calabacín		aceite de girasol	
Guarnición	Patatas a la campesina	asado	patatas, ajo, cebolla, pimiento lamullo rojo, pimiento verde, aceite de oliva virgen extra	12. sulfitos (patatas peladas/cortadas)		aceite de oliva virgen extra
Guarnición	Patatas a la crema	asado/gratinado	patatas, bechamel, queso rallado hilo, aceite de oliva virgen extra	1. gluten, 7. leche, 12. sulfitos (patatas peladas/cortadas)		aceite de oliva virgen extra
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	12. sulfitos (patatas peladas/cortadas)		aceite de oliva virgen extra
Guarnición	Patatas Chips	frito	patatas fritas envasadas		aceite de girasol	
Guarnición	Patatas cocidas	cocido	patatas, cebolla, aceite de oliva virgen extra	12. sulfitos (patatas peladas/cortadas)		aceite de oliva virgen extra
Guarnición	Patatas codorniz	frito/asado	patata codorniz (parisina), mantequilla, perejil, aceite de girasol alto oleico	7. leche	aceite de girasol	aceite de girasol alto oleico
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	12. sulfitos (patatas peladas/cortadas)	pimienta	aceite de oliva virgen extra
Guarnición	Pisto manchego	rehogado	verduras, tomate frito, aceite de oliva virgen extra		tomate frito (posible 6 (aceite)); en calabacín IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
Guarnición	Puré de patatas	cocido	escamas de patata, leche, mantequilla, nuez moscada, pimienta blanca	7. leche, 12. sulfitos (escamas de patata)	pimienta blanca, nuez moscada	
Guarnición	Salteado de verduras mediterráneo	rehogado	salteado de verduras mediterráneo, ajo, perejil, aceite de oliva virgen extra	Otros. Legumbres (judías verdes)		aceite de oliva virgen extra
Guarnición	Tempura de verduras	frito	tempura de verduras, aceite de girasol alto oleico	1. gluten	aceite de girasol	aceite de girasol alto oleico
Guarnición	Verduras salteadas	rehogado	macedonia de verduras, ajo, aceite de oliva virgen extra	Otros. Legumbres (guisantes y judías verdes)		aceite de oliva virgen extra
Postre	Copa de chocolate	envasado	copa chocolate con nata envasado	6. soja, 7. leche, 8. frutos de cáscara (trazas)		
Postre	Flan de huevo/vainilla	envasado	flan de huevo/de vainilla envasado	3. huevos (de huevo), 7. leche	según el flan de huevo, puede contener trazas de gluten (1)	
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	Helado	helado	tarrina/bombón	7. leche, 6. soja (lecitina en bombón), 8. frutos de cáscara (almendra en bombón y trazas de otros en bombón y vasito colectivo)	en vasito colect. vainill-choco (1, 3, 6 y 8)	
Postre	Leche	fresco	leche envasada	7. leche		
Postre	Melocoton en almibar	conserva	melocotón en almibar			
Postre	Natillas de chocolate	fresco	natillas de chocolate envasadas	7. leche, 6. soja (trazas)		
Postre	Natillas de vainilla	fresco	natillas vainilla envasadas	7. leche		
Postre	Piña en su jugo	conserva	piña en su jugo			
Postre	Yogur	fresco	yogur envasado	7. leche		
Otros	Salsa alicantina	frito	mayonesa, ajos, perejil, aceite de oliva virgen extra (junto con verduras pisto)	3. huevos		aceite de oliva virgen extra
Otros	Salsa Colbert	frito	mantequilla, perejil	7. leche		
Otros	Salsa de tomate	frito	tomate frito, tomate natural triturado, verduras, aceite de oliva virgen extra		tomate frito (posible 6 (aceite)); en zanahorias IV Gama: trazas 9 y 12	aceite de oliva virgen extra
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 9 y 12	
Otros	Papilla de fruta (bebés Infantil)	fresco	manzanas, peras, plátanos, galletas María integral sin gluten, zumo de naranja	6. soja, Otros. Legumbres (fibra de guisante en galletas)	aceite de girasol (galletas María integral sin gluten)	
Otros	Papilla de fruta (niveles 2 y 3 Infantil)	fresco	manzanas, peras, plátanos, galletas, zumo de naranja	1. gluten, 7. leche, 12. sulfitos	aceite de girasol (galletas)	



INGREDIENTES PRINCIPALES EN LOS MENÚS ALÉRGENOS

Si se necesita una mayor información sobre los contenidos de los diferentes platos puede dirigirse a la Secretaría del centro.
Importante: para otros ingredientes y alérgenos consulte la nota al final del documento

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;** bonito, merluza, fletán, pez espada, bacalao, salmón; 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.