



Nota informativa sobre os alimentos permitidos á hora da parva do recreo

No centro contamos con alumnos con diferentes tipos de alerxias ou intolerancias alimentaria. Convén repasar a lista de alimentos permitidos e prohibidos á hora da parva do recreo. Este ano diferenciamos as alerxias de infantil e de primaria polo que pode variar o tipo de alimentos dependo da etapa na que se atopen.

Alimentos totalmente prohibidos en infantil

- Froitos secos tales como abelás, noces, cacahuets, pistachos, anacardos, pipas , etc. Tamén están prohibidos aqueles que leven trazas de froitos secos na súa composición.
- Alimentos que conteñan leite, lactosa ou proteína láctea.
- Alimentos que conteñan a proteína do ovo.
- O kiwi

Alimentos permitidos en infantil:

- Tortiñas de arroz intergral ou millo.
- Pan ou paiños de pan.
- Galletas sen os compoñentes prohibidos.
- Froitas: pera, mazá, laranxa, melón, plátano, amorodos, cereixas, uvas, sandía, piña...
- Tomate, cenorias, olivas.
- logures de xoia ou bebidas.
- Augas e zumes sen os compoñentes prohibidos (kiwi, lactosa).

A directora

Ana AyalaRodríguez

