



### COLEGIO DE LA DIVINA PASTORA (GETAFE)

## MENÚ DE DICIEMBRE DE 2018 - MENU OF DECEMBER OF 2018

LUNES 03 MONDAY	MARTES 04 TUESDAY	MIÉRCOLES 05 WEDNESDAY	JUEVES 06 THURSDAY	VIERNES 07 FRIDAY
-Sopa de letras -Ensalada de lechuga, tomates cherry, pepino, zanahoria y aceitunas -Merluza a la plancha y patatas duquesa con monodosis de mayonesa -Fruta o Yogur -Soup -Salad -Grilled Hake and potatoes -Fruit or Yogurt	-Lentejas guisadas con verduras -Ensalada mixta -Tortilla española y salsa de tomate casera -Fruta del tiempo -Stewed lentils -Mixed salad -Spanish Omelet and homemade tomato sauce -Fruit	-Arroz con bacalao y verduras -Ensalada juliana con york, queso y maíz -Lomo Sajonia en salsa con ajetes tiernos -Fruta del tiempo -Rice with codfish -Salad -Pork tenderloin in sauce with tender garlic -Fruit	<b>FESTIVO</b> <hr style="border-top: 1px dashed green;"/> <b>FESTIVE</b>	<b>NO LECTIVO</b> <hr style="border-top: 1px dashed blue;"/> <b>NO SCHOOL</b>
LUNES 10 MONDAY -Crema de calabacín -Ensalada de lechuga con tomate, pepino, maíz y atún -Escalope vienesa con monodosis de ketchup y patatas asadas -Fruta del tiempo -Zucchini cream -Salad -Meat breaded and roast potatoes -Fruit	MARTES 11 TUESDAY -Patatas a la riojana -Ensalada de brotes tiernos con tomates cherry, pepino y aceitunas -Abadejo al ajoarriero -Fruta o Yogur -Stewed potatoes -Salad -Abadejo in sauce -Fruit or Yogurt	MIÉRCOLES 12 WEDNESDAY -Sopa de cocido -Ensalada del chef -Cocido Completo -Fruta del tiempo -Broth -Chef's salad -Madrid stew -Fruit	JUEVES 13 THURSDAY -Arroz blanco con tomate -Ensalada de lechuga con tomate, pepino, zanahoria y maíz -Tortilla francesa y Salchichas frescas de ave al horno -Fruta natural o en almíbar -Tomato rice -Salad -Omelet and Sausages -Fruit	VIERNES 14 FRIDAY -Tallarines salteados con beicon -Ensalada de brotes tiernos con tomate, soja zanahoria, aceitunas y maíz -Fte. Limanda andaluza -Fruta o Yogur -Pasta with bacon -Salad -Breaded Limanda -Fruit or Yogurt
LUNES 17 MONDAY -Arroz con pollo y verduras -Ensalada mixta -Tortilla con jamón york -Fruta del tiempo -Chicken rice -Mixed salad -Ham Omelet -Fruit	MARTES 18 TUESDAY -Macarrones boloñesa -Ensalada Americana -Fogonero a la plancha -Fruta o Yogur -Pasta bolognese -American salad -Grilled Fogonero -Fruit or Yogurt	MIÉRCOLES 19 WEDNESDAY -Crema de puerros -Ensalada de brotes tiernos con tomate, zanahoria, maíz y aceitunas -Albóndigas a la jardinera y patatas juliene -Fruta del tiempo -Thick vegetable soup -Salad -Meatballs with vegetables and french fries -Fruit	JUEVES 20 THURSDAY <b>JORNADA NAVIDEÑA</b> -Sopa navideña -Ensalada especial del chef -Muslos de pollo con ciruelas en salsa de miel y patatas dado -Fruta o Natillas de chocolate / vainilla <b>*REY MAGO DE CHOCO*</b> -Soup -Chef's salad -Roasted chicken with potatoes -Fruit or Cocoa/ Vanilla custard	VIERNES 21 FRIDAY -Lentejas con arroz -Ensalada de lechuga, tomates cherry, pepino, zanahoria y aceitunas -Lomos de Merluza rebozados y patatas fritas -Fruta del tiempo -Lentils with rice -Salad -Breaded Hake and chips -Fruit



Estimados Padres:

La alimentación se conforma en base a todas las comidas del día.

El menú del comedor escolar garantiza aproximadamente el aporte de un 30-35% de las necesidades diarias de energía. Basándonos en las proporciones recomendadas por la OMS (50-60 % de la energía aportada por Hidratos de Carbono, un 30-35% por las grasas y un 10-15% de las proteínas).

Quedamos a su disposición para cualquier sugerencia, duda o solicitud, en nuestro teléfono de atención al cliente: 965.156.734, de 9 a 16 horas. Mail [nutricion@serincorestauracion.es](mailto:nutricion@serincorestauracion.es)

En nuestra web: <http://www.serincorestauracion.es> podrán rescatar el menú de sus hijos e importante información. También podrán acceder directamente a los menús y valoraciones nutricionales a través de la **App "Serinco menús"**.

**La clave de acceso a información confidencial del Col. Divina Pastora es: [edc24](#).**

En nuestros menús declaramos los **catorce grupos de alérgenos** alimentarios o sustancias a las que se suelen presentar intolerancia, con el propósito de garantizar la información necesaria a los consumidores.

**Estos alérgenos pueden variar en función del proveedor, se tomarán las medidas necesarias en cada caso.**

A continuación presentamos los alérgenos a declarar, según el **Reglamento 1169/2011**:



: *Contiene o puede contener GLUTEN.*



: *Contiene o puede contener CRUSTÁCEOS.*



: *Contiene o puede contener HUEVO o alguna de sus proteínas.*



: *Contiene o puede contener PESCADO o alguna de sus proteínas o gelatina.*



: *Contiene o puede contener CACAHUETE.*



: *Contiene o puede contener SOJA.*



: *Contiene o puede contener LECHE o alguna de sus proteínas, (incluida LACTOSA).*



: *Contiene o puede contener FRUTOS SECOS.*



: *Contiene o puede contener APIO.*



: *Contiene o puede contener MOSTAZA.*



: *Contiene o puede contener SÉSAMO.*



: *Contiene o puede contener ALTRAMUZ.*



: *Contiene o puede contener MOLUSCOS.*



: *Contiene o puede contener SULFITOS o DIÓXIDO DE AZUFRE.*

**QUEREMOS DESTACAR QUE SERINCO RESTAURACIÓN NO TRABAJA LA COMIDA TRANSPORTADA. TODOS NUESTROS MENÚS SON ELABORADOS EN LOS PROPIOS CENTROS, CON MATERIAS PRIMAS DE PRIMER NIVEL Y POR PERSONAL ALTAMENTE CUALIFICADO. DIARIAMENTE DISPONDRÁN DE ENSALADA, FRUTA Y PAN.**

Dear Parents:

Nutrition adjusts to all day meals. The menu served in the school dining-room guarantees 30-35% daily energy needs.

Basing them on the proportion recommended by WHO (50-60% energy contributed by carbohydrates, 30-35% because of fat and 10-15% because of proteins).















We should be most grateful to answer any suggestion, doubt or request you have, at our client's phones: 965.156.734, from 9am to 4 pm. Otherwise, you can text [nutrición@serincorestauracion.es](mailto:nutrición@serincorestauracion.es) In our Web: <http://www.serincorestauracion.es> you may well see the menu for your children, together with some relevant information. App "Serinco menus".

The confidential access password of Divina Pastora School is: **edc24**.

In our menus declare the fourteen groups of food allergens or substances that are usually present intolerance, in order to ensure the necessary information to consumers.

**These allergens can vary depending on the provider, the necessary measures will be taken in each case.**

Here are allergens to testify under Regulation 1169/2011:

-  Contains or may contain GLUTEN.
-  Contains or may contain crustaceans.
-  Contains or may contain EGG or any of its proteins.
-  Contains or may contain FISH or any of its proteins or gelatin.
-  Contains or may contain PEANUT.
-  Contains or may contain SOY.
-  Contains or may contain MILK or any of its proteins (including lactose).
-  Contains or may contain NUTS.
-  Contains or may contain CELERY.
-  Contains or may contain MUSTARD.
-  Contains or may contain SESAME.
-  Contains or may contain LUPIN.
-  Contains or may contain molluscs.
-  Contains or may contain SULFITES or SULPHUR DIOXIDE.