



































































































































COLEGIO CALASANCIO – 3º Y 4º E.S.O.

Podrán acceder directamente a los menús y valoraciones nutricionales a través de la **App "Serinco menús"**, con la clave de acceso: **cal11**.

MENÚ DE FEBRERO DE 2020

LUNES 03	MARTES 04	MIÉRCOLES 05	JUEVES 06	VIERNES 07
-Tallarines salteados con beicon    -Ensalada de brotes tiernos con tomate, soja zanahoria, aceitunas y maíz  -Fte. Limanda a la andaluza   -Fte. Ternera en su jugo -Fruta y/o Yogur 	-Puré de calabacín -Ensalada del chef   -Jamoncitos de pollo asados con juliana de verduras y arroz pilav  -Huevo revuelto con setas  -Fruta del tiempo	-Lentejas guisadas con verduras -Ensalada de pasta   -Lomo adobado con monodosis de mayonesa    -Fogonero a la espalda  -Fruta del tiempo	-Patatas guisadas con albondiguillas  -Ensalada de brotes tiernos con tomates cherry, pepino, maíz y aceitunas -Atún a la plancha con salsa mery  -Chuletas de pavo a las finas hierbas -Fruta natural o en almibar	-Fideuá de pollo con verduras   -Ensalada de lechuga variadas con tomate, pepino, zanahoria y maíz -Tortilla con queso   -Delicias de cerdo y monodosis de ketchup   -Fruta del tiempo
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
-Arroz a banda    -Ensalada juliana con york, queso y maíz   -Chuletitas de pavo marinadas -Tortilla de patata  -Fruta del tiempo	-Sopa de cocido con pelota, fideos y garbanzos    -Ensalada de brotes tiernos con tomate, zanahoria, maíz y aceitunas -Fogonero en rustidera con patatas panaderas   -Cordon Bleu    -Fruta del tiempo	-Espirales a la boloñesa    -Ensalada Americana   -Tortilla con jamón york    -Salmón a la plancha  -Fruta del tiempo	-Crema de puerros -Ensalada mixta  -Pechuga a la plancha y salsa de tomate casera -Fte. Caballa a la plancha  -Fruta y/o Yogur 	-Judías blancas guisadas -Ensalada de lechuga, tomates cherry, pepino, zanahoria y aceitunas -Merluza empanada y patatas fritas       -Alitas de pollo a la barbacoa       -Fruta del tiempo
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
-Sopa de letras   -Ensalada del chef   -Fricandó de ternera con menestra de verdura patata  -Fogonero a la plancha  -Fruta del tiempo	-Coditos con atún    -Ensalada de brotes tiernos con tomate, soja, zanahoria y aceitunas  -Tortilla francesa y Nuguets de ave al horno       -Lomo fresco en salsa con ajetes tiernos    -Fruta del tiempo	-Puré de verduras -Ensalada de lechuga, maíz, tomate, zanahoria y pepino -Merluza a la espalda  -Pizza 4 quesos con verduras    -Fruta y/o Yogur 	-Lentejas guisadas con chorizo y verduras  -Ensalada de lechuga, tomate, pepino y maíz -Escalope milanese con monodosis de barbacoa       -Dorada a la plancha  -Fruta del tiempo	NO LECTIVO
LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
-Crema de calabaza -Ensalada de brotes tiernos con tomate, soja zanahoria y aceitunas  -Albóndigas a la jardinera y patatas dado  -Fte. Limanda a la andaluza   -Fruta del tiempo	-Arroz de secreto y setas -Ensalada César      -Colitas de rape en salsa marinera       -Hamburguesa mixta con queso y monodosis ketchup     -Fruta y/o Yogur 	MIÉRCOLES DE CENIZA -Olleta con verduras -Ensalada mixta  -Tortilla de calabacín  -Lomo de merluza rebozado   -Fruta del tiempo	-Sopa de estrellas   -Ensalada de lechuga, tomate, pepino y maíz -Contramuslos de pollo a la plancha y guisantes salteados -Lubina al horno  -Fruta del tiempo	-Macarrones a la napolitana    -Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria, pepino y aceitunas -Bacalao frito   -Huevo revuelto con champiñón  -Fruta del tiempo

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
En nuestra web: <http://www.serincorestauracion.es> podrán rescatar el menú de sus hijos e importante información (**clave: cal11**).

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.

EL AGUA QUE SE SIRVE EN ESTE COMEDOR ES OSMOTIZADA.

DIARIAMENTE DISPONDRÁN DE ENSALADA, FRUTA Y PAN.

EN ESTE MENÚ DEBERÁN COMER PRIMER PLATO Y ENSALADA, OFRECIENDO LIBRE ELECCIÓN SOBRE EL SEGUNDO PLATO.