

Sugerencias para la cena

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES

Informe del Servicio del Comedor Escolar

Alumno/a: Nivel:

NORMAS	SÍ	NO	A VECES
SE LAVA LAS MANOS ANTES DE COMER	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
SE SITÚA CORRECTAMENTE EN LAS ENTRADAS Y SALIDAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
SE COMPORTA CON CORRECCIÓN EN LA MESA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
COME BIEN HABITUALMENTE	1º PLATO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	2º PLATO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	POSTRE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
HABLA CON TONO MODERADO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
CUIDA EL MENAJE, MOBILIARIO, JUEGOS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
RESPETA AL PERSONAL DEL COMEDOR	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
RESPETA A SUS COMPAÑEROS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
PARTICIPA EN TALLERES/JUEGOS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Monitor:

Ficha técnica de platos contactar en:
www.pargaylopez.com

Menú ESCOLAR

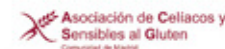


Parga y López

Servicio de
alimentación a
colectividades



EMPRESA COLABORADORA CON:



C/ Flora Tristán 10 - 28919 Leganés (MADRID)
 Telf.: 91 478 42 39 / Fax: 91 478 94 63
info@pargaylopez.com • www.pargaylopez.com

Lunes/Monday

Martes/Tuesday

Miércoles/Wednesday

Jueves/Thursday

Viernes/Friday

Menú elaborado por el departamento de nutrición de PARGA Y LÓPEZ, S.L.

En cumplimiento del RD 126/2015, disponemos en nuestras cocinas de la información relativa a **ALÉRGICOS**.

ADO: Alérgenos de Declaración Obligatoria



14 DE FEBRERO

“Día de la amistad”

“La amistad es el ingrediente más importante en la receta de la vida”

Macarrones con tomate (pasta sin gluten) **14**

ADO: SOJA
Palometa a la plancha con ensalada de lechuga y maíz

ADO: PESCADO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
645	34	16	92

Coliflor rehogada **15**

Ragú de pavo guisado con verduras y patatas fritas dado

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
856	43	42	74

Lentejas ecológicas con verduras **16**

Tortilla de patata y cebolla con lechuga, tomate y maíz

ADO:HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
767	31	28	98

Patatas con carne **17**

Salmón a la naranja con ensalada

ADO: PESCADO
Yogur (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
682	36	31	66

Sopa de cocido (fideos sin gluten) **18**

ADO: SOJA
Cocido madrileño con repollo, ternera y chorizo
ADO: SOJA
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
665	26	19	98

Espaguetis al ajillo con bacon (pasta sin gluten) **11**

ADO: SOJA, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS
Merluza a la plancha con lechuga, tomate y cebolla

ADO: PESCADO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
663	34	19	90

Judías pintas estofadas **12**

ADO: HUEVO
Tortilla de calabacín con rodaja de tomate natural

ADO:HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
657	25	24	86

Crema de champiñones **13**

Filetes rusos en salsa con arroz

ADO: SOJA, SULFITOS Y SULFUROSOS
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
833	34	30	107

Puchero de garbanzos **14**

ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, APIO
F. de pollo plancha con lechuga, tomate y maíz
Yogur (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
829	53	34	78

Judías verdes rehogadas con patata cocida **15**

ADO: PESCADO
Bacalao a la plancha con pisto
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
671	27	32	68

Arroz blanco con tomate **18**

F. de rape al horno con calabacín a la plancha

ADO: PESCADO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
580	24	20	77

Fabada asturiana **19**

ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA
Tortilla paisana con lechuga, tomate y zanahoria

ADO: HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
831	28	54	57

Brócoli con mayonesa **20**

ADO: HUEVO
Estofado de ternera con zanahoria y patatas dado

ADO: APIO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
878	34	48	78

Sopa de cocido (fideos sin gluten) **21**

ADO: SOJA
Cocido completo con ternera, chorizo y repollo

ADO: SOJA
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
665	26	19	98

Macarrones con tomate (pasta sin gluten) **22**

ADO: SOJA
Palometa enharinada con con lechuga y tomate (harina sin gluten)
ADO: PESCADO
Yogur (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
764	36	33	82

Lentejas ecológicas con zanahoria **25**

Bacalao al horno con ensalada

ADO: PESCADO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
680	39	18	90

Puré de verduras frescas **26**

Lomo fresco a la plancha con champiñón salteado
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
774	24	42	75

Fideuá (pasta sin gluten) **27**

ADO: SOJA, CRUSTÁCEOS, PESCADO, MOLLUSCOS, SULFITOS Y SULFUROSOS
Merluza a la plancha con ensalada

ADO: PESCADO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
737	43	22	91

Judías verdes con tomate **28**

Jamoncitos de pollo asados con patatas fritas
Fruta y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
748	51	28	73