

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.

1

Macarrones (pasta sin huevo) con tomate
 ADO: SOJA

Ternera a la plancha con rodaja de tomate natural

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
700	30	24	92

2

Puré de verduras frescas y patata

Salmón a la naranja con lechuga tomate y maíz
 ADO: PESCADO

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
732	31	32	79

3

Empedrado de judías pintas ecológicas
 ADO: GLUTEN, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA

Lomo fresco plancha con menestra de verduras
 ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
872	32	38	101

4

Brócoli con patata rehogado

Jamoncitos de pollo asados y arroz salteado con ajito

Yogur batido con miel (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
633	34	25	95

5

Garbanzos guisados con espinacas
 ADO: GLUTEN, SOJA

Merluza enharinada con lechuga, cebolla y remolacha
 ADO: PESCADO, GLUTEN

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
658	37	20	84

8

Lentejas ecológicas con verduras
 ADO: GLUTEN

Lacon al horno con patata asada y rodajas de tomate natural

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
725	35	30	80

9

Espaguetis (pasta sin huevo) con orégano y tomate
 ADO: SOJA

Bacalao al horno con lechuga, maíz y tomate
 ADO: PESCADO

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
698	37	20	92

10

Puré de calabacín y puerro

Estofado de ternera con verduritas y patatas dado
 ADO: APIO

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
791	28	40	79

11

Arroz con pollo y calamares
 ADO: MOLUSCOS

Palometa con pisto
 ADO: PESCADO, GLUTEN

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
662	28	27	77

12

NO LECTIVO

VACACIONES SEMANA SANTA

15

22

NO LECTIVO

16

23

Lentejas ecológicas estofadas con zanahoria
 ADO: GLUTEN

Pollo a la plancha con lechuga, tomate y aceitunas

Helado (lácteos y derivados, gluten, soja) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
732	43	23	90

17

24

Ensalada de pasta con atún, maíz, cebolla (pasta sin huevo)
 ADO: SOJA, PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS

Hamburguesa a la plancha con verduras y arroz

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
739	31	21	106

18

25

Sopa de cocido (pasta sin huevo)
 ADO: SOJA

Cocido completo, ternera, pollo, chorizo, repollo
 ADO: SOJA

Fruta, leche (lácteos y derivados, gluten, soja) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
611	23	20	87

19

26

Crema de verduras frescas

Merluza al horno con guisantes
 ADO: PESCADO

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
613	25	20	83

29

Arroz blanco con tomate

F. palometa a la plancha con champiñón al ajillo
 ADO: PESCADO

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
666	32	21	87

30

Judías verdes rehogadas

F. de pollo campero plancha con puré de patata

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
694	34	29	73

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



23 de Abril
 Día del
LIBRO