

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

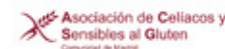


Parga y López

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

Ntra. Sra. de la Paloma SIN PROT/LACTOSA



MAYO 2019

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 **ALÉRGENOS**.
ADO: Alérgenos de Declaración Obligatoria

FIESTA

FIESTA

NO LECTIVO

6
Macarrones ecológicos horneados con tomate
ADO: GLUTEN, HUEVO
Lacón a la gallega con patatas al horno
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

7
Brócoli con mayonesa
ADO: HUEVO
Merluza al horno con patatas panadera
ADO: PESCADO
Fruta y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

8
Guiso de fideos con calamares
ADO: GLUTEN, HUEVO, MOLUSCOS
Tortilla de calabacín con tomate natural en rodajas
ADO: HUEVO
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

9
Puré de verduras frescas
F. de pollo plancha y arroz rehogado con champiñón
Yogur de soja (soja) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

10
Lentejas ecológicas estofadas con verduras
ADO: GLUTEN
F. bacalao con pisto
ADO: PESCADO
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
657	28	21	89

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
783	28	39	80

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
528	15	24	64

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
554	32	22	57

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
755	37	24	99

13
Arroz tres delicias
ADO: HUEVO, SOJA
F. de merluza rebozado con lechuga, tomate y maíz
ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

14
Sopa de cocido
ADO: GLUTEN, HUEVO, SOJA
Cocido completo con ternera, pollo, chorizo, repollo
ADO: SOJA
Yogur de soja (soja) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)



16
Espaguetis ecológicos con tomate
ADO: GLUTEN, HUEVO
Salmón al horno en salsa con lechuga, tomate y cebolla
ADO: PESCADO
Fruta y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

17
Judías verdes rehogadas con patata
Pavo guisado con arroz y zanahoria
ADO: APIO
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
761	28	31	93

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

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
713	33	27	85

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
806	48	31	85

20
Ensalada de pasta con atún, cebolla, maíz
ADO: GLUTEN, HUEVO, PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS
Escalopines a la madrileña con lechuga, tomate y remolacha
ADO: GLUTEN, HUEVO
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

21
Crema de verduras con zanahoria, calabacín, puerro
Palometa al horno con tomate y patatas a lo pobre
ADO: PESCADO
Fruta y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

22
Arroz caldoso con verduras y calamares
ADO: MOLUSCOS
Tortilla de patatas con tomate natural en rodajas
ADO: HUEVO
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

23
Espinacas salteadas con ajo y pimentón
Pollo asado con patatas dado
Yogur de soja (soja) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

24
Judías blancas estofadas
ADO: GLUTEN, HUEVO
Bacalao enharinado con lechuga, tomate y aceitunas
ADO: PESCADO, GLUTEN
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
911	39	46	85

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
670	25	22	93

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
766	31	28	98

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
783	44	35	74

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
723	32	25	92

27
Lentejas ecológicas estofadas con verduras
ADO:
Merluza en salsa con lechuga, tomate y cebolla
ADO: PESCADO
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

28
Ensalada de arroz con manzana, atún, cebolla y tomate
ADO: PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS, HUEVO
Ragú de ternera estofado con verduras
Yogur de soja (soja) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

29
Crema de calabacín y patata
F. pollo plancha con lechuga, tomate, aceitunas
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

30
Macarrones ecológicos con tomate
ADO: HUEVO, GLUTEN
Salmón plancha con mayonesa y ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
ADO: PESCADO, HUEVO
Fruta y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

31
Coliflor rehogada
Chuletas riojana con patatas bastón
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
661	27	24	85

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
730	37	26	72

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
765	30	25	104

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
699	39	27	75

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
622	24	53	13