

Sugerencias para la cena

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|--|--|---|--|--|
| | | | ESPINACAS REHOGADAS ALBÓNDIGAS DE ATÚN CON ARROZ FRUTA | CREMA DE VERDURAS POLLO AL CHILINDRÓN FRUTA |
| TEMPURA DE VERDURAS MERLUZA A LA ROMANA CON PATATA COCIDA FRUTA | FIESTA | ARROZ CON TOMATE CHULETA DE PAVO CON PURE DE PATATA YOGUR | FIESTA | FIESTA |
| CHAMPIÑONES REHOGADOS CINTA DE LOMO CON PIMIENTOS FRUTA | SOPA DE ESTRELLAS LACÓN A LA GALLEGA FRUTA | ACELGAS CON PATATAS CALAMARES A LA ROMANA CON ENSALADA FRUTA | CALABACÍN ENHARINADO PECHUGA DE PAVO CON PATATAS A LO POBRE POSTRE LÁCTEO | ALCACHOFAS CON JAMÓN ATÚN A LA PLANCHA CON VERDURAS FRUTA |
| CREMA DE CALABACÍN BONITO CON PISTO FRUTA | ENSALADA DE COLORES FILETE DE TERNERA CON PATATAS FRUTA | LOMBARDA CON PASAS Y PINONES CHULETA DE SAJONIA AL HORNO FRUTA | ARROZ CON VERDURAS HAMBURGUESA COMPLETA NATILLAS | |
| | | | | |



Parga y López



Menú escolar



Informe del Servicio del Comedor Escolar

Alumno/a: Nivel:



| NORMAS | SI | 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"/> |
| Respeto al personal del comedor | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Respeto a sus compañeros | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Participa en talleres | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Monitor:

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

Servicio de alimentación a colectividades

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



Lunes/Monday

Martes/Tuesday

Miércoles/Wednesday

Jueves/Thursday

Viernes/Friday

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

ADO: Alérgenos de Declaración Obligatoria

Arroz caldoso con calamares
ADO: MOLUSCOS
Lomo de sajonia plancha con ensalada
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Judías blancas con verduras
ADO: GLUTEN
Palometa con tomate
ADO: PESCADO, GLUTEN
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

| | | | | |
|--------------|------|---------------|-------------|--------------|
| DIA 1 | KCAL | Proteínas (g) | Lípidos (g) | Hidratos (g) |
| | 818 | 25 | 43 | 84 |

| | | | | |
|--------------|------|---------------|-------------|--------------|
| DIA 2 | KCAL | Proteínas (g) | Lípidos (g) | Hidratos (g) |
| | 624 | 32 | 14 | 93 |

Macarrones con chorizo
ADO: GLUTEN, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA
Tortilla francesa con fiambre de pavo
ADO: HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

FIESTA

Crema de verduras
ADO: APIO
Jamoncitos de pollo con patatas
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

FIESTA

FIESTA

| | | | | |
|--------------|------|---------------|-------------|--------------|
| DIA 5 | KCAL | Proteínas (g) | Lípidos (g) | Hidratos (g) |
| | 666 | 27 | 22 | 90 |

| |
|--------------|
| DIA 6 |
|--------------|

| | | | | |
|--------------|------|---------------|-------------|--------------|
| DIA 7 | KCAL | Proteínas (g) | Lípidos (g) | Hidratos (g) |
| | 693 | 27 | 24 | 92 |

| |
|--------------|
| DIA 8 |
|--------------|

| |
|--------------|
| DIA 9 |
|--------------|

Espaguetis boloñesa
ADO: GLUTEN, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS
Filetes de merluza romana con ensalada
ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Lentejas con zanahoria
ADO: GLUTEN
Tortilla española con lechuga y maíz
ADO: HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Crema de calabacín
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS
Ragú de ternera con patatas
ADO: APIO
Yogur (lácteos y derivados), pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Arroz con pollo
Filetes de lenguadina con ensalada
ADO: PESCADO, GLUTEN, HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Sopa de cocido
ADO: GLUTEN, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA
Cocido completo
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

| | | | | |
|---------------|------|---------------|-------------|--------------|
| DIA 12 | KCAL | Proteínas (g) | Lípidos (g) | Hidratos (g) |
| | 841 | 36 | 33 | 100 |

| | | | | |
|---------------|------|---------------|-------------|--------------|
| DIA 13 | KCAL | Proteínas (g) | Lípidos (g) | Hidratos (g) |
| | 758 | 31 | 28 | 96 |

| | | | | |
|---------------|------|---------------|-------------|--------------|
| DIA 14 | KCAL | Proteínas (g) | Lípidos (g) | Hidratos (g) |
| | 780 | 27 | 40 | 77 |

| | | | | |
|---------------|------|---------------|-------------|--------------|
| DIA 15 | KCAL | Proteínas (g) | Lípidos (g) | Hidratos (g) |
| | 723 | 27 | 28 | 91 |

| | | | | |
|---------------|------|---------------|-------------|--------------|
| DIA 16 | KCAL | Proteínas (g) | Lípidos (g) | Hidratos (g) |
| | 665 | 26 | 19 | 98 |

Judías verdes portuguesa
Huevos con bechamel y ensalada
ADO: HUEVO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS, PESCADO, APIO, MOSTAZA, SOJA, LÁCTEOS Y DERIVADOS, GLUTEN, SULFITOS
Fruta, leche (lácteos y derivados), pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Coditos gratinados
ADO: HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, GLUTEN, SOJA
Fritura de pescado con ensalada
ADO: GLUTEN, PESCADO, SOJA, LÁCTEOS Y DERIVADOS, MOLUSCOS, HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Potaje de garbanzos y espinacas
ADO: HUEVO, GLUTEN, SOJA
Filetes de pollo empanado con ensalada
ADO: HUEVO, GLUTEN
Fruta, pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Comida especial Navidad

| | | | | |
|---------------|------|---------------|-------------|--------------|
| DIA 19 | KCAL | Proteínas (g) | Lípidos (g) | Hidratos (g) |
| | 728 | 23 | 38 | 74 |

| | | | | |
|---------------|------|---------------|-------------|--------------|
| DIA 20 | KCAL | Proteínas (g) | Lípidos (g) | Hidratos (g) |
| | 711 | 30 | 26 | 89 |

| | | | | |
|---------------|------|---------------|-------------|--------------|
| DIA 21 | KCAL | Proteínas (g) | Lípidos (g) | Hidratos (g) |
| | 758 | 32 | 29 | 92 |

| |
|---------------|
| DIA 22 |
|---------------|



Vacaciones de Navidad
Christmas Holidays

