

Sugerencias para la cena

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes

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 sienta 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 habituadamente	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 montaje, 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



Parga y López



Menú escolar



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 • E-MAIL: 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

Lentejas estofadas
ADO: GLUTEN

Lomo de sajonia con ensalada

Fruta en almibar y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

9	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	743	28	30	92

Macarrones con chorizo

ADO: GLUTEN, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA

Hamburguesa a la plancha con ensalada

ADO: SOJA

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

10	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	828	33	33	100

Arroz caldoso con verduras

Tortilla francesa con ensalada

ADO: HUEVO

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

11	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	661	19	27	86

Crema de verduras frescas

ADO: APIO

Pollo asado con patatas dado

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

12	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	648	28	25	78

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)

13	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	665	26	19	98

Judías verdes con tomate

Tortilla de fiambre con ensalada

ADO: HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA

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

16	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	583	23	28	60

Arroz con salchichas

ADO: SOJA

Croquetas caseras con ensalada

ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, GLUTEN, APIO

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

17	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	830	26	30	113

Alubias blancas con chorizo

ADO: GLUTEN, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA

Ragout de pavo con patatas

ADO: APIO

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

18	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	830	43	34	88

Espaguetis gratinados

ADO: HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, GLUTEN, SOJA

Filete de pollo empanado con ensalada

ADO: HUEVO, GLUTEN

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

19	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	812	33	29	105

Puchero de garbanzos

ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, APIO

Ternera a la plancha con ensalada

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

20	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	701	31	23	77

Coditos con queso

ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, HUEVO, GLUTEN

Lomo de Sajonia a la plancha con ensalada

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

23	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	850	30	40	92

Lentejas con verduras

ADO: GLUTEN

Salchichas de pavo con puré de patata

ADO: SOJA

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

24	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	808	36	27	107

Sopa de arroz

ADO: HUEVO

Albóndigas jardinera con patatas

ADO: APIO, SOJA, GLUTEN, SULFITOS Y SULFUROSOS

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

25	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	622	26	24	76

Brócoli con mayonesa

ADO: HUEVO

Ragú de pollo con patatas

ADO: APIO

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

26	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	686	29	40	54

Patatas con carne

Tortilla de calabacín con ensalada

ADO: HUEVO

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

27	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	664	21	27	84

Macarrones con bacon y queso

ADO: GLUTEN, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS

Cinta de lomo a la plancha con ensalada

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

30	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	813	28	38	89

Sopa de cocido

ADO: GLUTEN, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA

Cocido madrileño

ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA

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

31	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	665	26	19	98