

## 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 habitualmente:	1º Plato	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	2º Plato	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Pastre	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Habla con tono moderado		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Quita el menaje, mobiliario, jugos		<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](http://www.pargaylopez.com)



# Parga y López



## Menú escolar



### Servicio de alimentación a colectividades

C/ Flora Tristán 10, 28919 Leganés (MADRID) • Tel: 91 478 42 39 / Fax: 91 478 94 63  
 Web: [pargaylopez.com](http://pargaylopez.com) • Email: [info@pargaylopez.com](mailto: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)

<b>9</b>	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
743	28	30	92	

Macarrones con tomate  
ADO: GLUTEN, HUEVO

Filete de merluza con ensalada  
ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN

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

<b>10</b>	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
661	27	19	95	

Arroz caldoso con verduras  
Tortilla francesa con ensalada  
ADO: HUEVO

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

<b>11</b>	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
594	16	23	81	

Crema de verduras frescas  
ADO: APIO

Pollo asado con patatas dado

Yogur de soja (soja) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

<b>12</b>	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
653	27	23	84	

Sopa de cocido  
ADO: GLUTEN, HUEVO, SOJA

Cocido completo (sin morcilla)  
ADO: SOJA

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

<b>13</b>	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
556	20	11	94	

Judías verdes con tomate  
Tortilla de patatas con ensalada  
ADO: HUEVO

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

<b>16</b>	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
562	19	26	62	

Arroz con salchichas  
ADO: SOJA

Termera a la plancha con ensalada

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

<b>17</b>	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
699	27	29	82	

Alubias blancas con verduras  
ADO: GLUTEN

Filete de platija al horno con ensalada  
ADO: PESCADO

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

<b>18</b>	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
538	26	13	80	

Espaguetis napolitana  
ADO: HUEVO, GLUTEN

Filete de pollo empanado con ensalada  
ADO: HUEVO, GLUTEN

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

<b>19</b>	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
745	29	25	100	

Potaje de garbanzos y espinacas  
ADO: HUEVO, GLUTEN, SOJA

Merluza en salsa verde  
ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN

Yogur de soja (soja) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

<b>20</b>	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
683	33	24	82	

Coditos con verduras  
ADO: HUEVO, GLUTEN

Lomo de Sajonia a la plancha con ensalada

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

<b>23</b>	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
754	28	28	115	

Lentejas con verduras  
ADO: GLUTEN

Bacalao con tomate  
ADO: PESCADO, GLUTEN

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

<b>24</b>	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
596	32	10	94	

Sopa de arroz  
ADO: HUEVO

Albóndigas jardinera con patatas  
ADO: APIO, SOJA, GLUTEN, SULFITOS Y SULFUROSOS

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

<b>25</b>	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
555	23	20	71	

Brócoli con mayonesa  
ADO: HUEVO

Ragú de pollo con patatas  
ADO: APIO

Yogur de soja (soja) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

<b>26</b>	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
691	27	37	60	

Patatas con carne

Filete de lenguadina con ensalada  
ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN

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

<b>27</b>	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
654	24	24	86	

Macarrones con tomate  
ADO: GLUTEN, HUEVO

F. de merluza en salsa verde  
ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN

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

<b>30</b>	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
613	27	14	95	

Sopa de cocido  
ADO: GLUTEN, HUEVO, SOJA

Cocido madrileño (sin morcilla)  
ADO: SOJA

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

<b>31</b>	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
556	20	11	94	