

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"/>
	Pastos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Habla con tono moderado		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Quita el monedero, 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



Parga y López



Menú School menu escolar



Servicio de alimentación a colectividades

C/ Flora Tristán 10, 28919 Laganés (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

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 tomate
ADO: GLUTEN, HUEVO

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

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

10	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)

11	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)

12	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)

13	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)

16	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
562	19	26	62	

Arroz con salchichas
ADO: SOJA

Ternera a la plancha con ensalada

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

17	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)

18	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)

19	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)

20	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)

23	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)

24	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)

25	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)

26	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)

27	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)

30	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)

31	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
556	20	11	94	