

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="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Se sitúa correctamente en las entradas y salidas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Se comporta con corrección en la mesa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Come bien habitualmente	1º Plato	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	2º Plato	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Postre	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Habla con tono moderado	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Cuida el menaje, mobiliario, juegos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Respeto al personal del comedor	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Respeto a sus compañeros	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Participa en talleres	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Monitor:

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



Parga y López

EMPRESA COLABORADORA CON:



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 • 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

Patatas con bonito

ADO: PESCADO

Hamburguesa con tomate y ensalada

ADO: SOJA

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

1	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	708	24	30	86

Crema de champiñón (sin nata)

Jamonicos de pollo asados con patatas

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

2	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	626	27	22	79

Judías pintas con verduras

ADO: GLUTEN

Tortilla española con ensalada

ADO: HUEVO

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

3	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	654	24	23	87

Espaguetis napolitana

ADO: GLUTEN, HUEVO

Bacalao con tomate

ADO: PESCADO, GLUTEN

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

6	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	562	27	8	96

Arroz caldoso con calamares

ADO: MOLUSCOS

Tortilla francesa con ensalada

ADO: HUEVO

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

7	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	601	17	24	79

Judías verdes rehogadas

Ragú de ternera con patatas

ADO: APIO

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

8	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	690	24	34	72

Lentejas con arroz

ADO: GLUTEN

Filete de pollo a la plancha con ensalada

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

9	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	693	36	19	93

Patatas riojanas

ADO: SOJA

Cazón adobado con ensalada

ADO: PESCADO, GLUTEN

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

10	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	699	25	29	85

Macarrones con tomate

ADO: HUEVO, GLUTEN

F. de platija en salsa verde

ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN

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

13	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	613	27	14	95

Alubias guisadas con zanahorias

ADO: GLUTEN

Tortilla francesa con ensalada

ADO: HUEVO

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

14	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	586	21	20	80

Arroz con magro

Filete de merluza romana con ensalada

ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN

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

15	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	769	28	35	87

Verduras frescas en puré

ADO: APIO

Pollo asado con patatas panadera

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

16	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	653	27	23	84

NO LECTIVO

Coditos con tomate

ADO: GLUTEN, HUEVO

Lomo de sajonia con ensalada

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

20	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	723	24	31	87

Brócoli con mayonesa

ADO: HUEVO

Tortilla de patatas con tomate natural

ADO: HUEVO

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

21	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	581	18	33	54

Sopa de picadillo

ADO: SOJA, HUEVO, APIO, GLUTEN

Albóndigas con patatas

ADO: GLUTEN, SOJA, APIO, SULFITOS Y SULFUROSOS

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

22	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	679	28	26	82

Paella valenciana

ADO: CRUSTÁCEOS, PESCADOS, MOLUSCOS, SULFITOS Y SULFUROSOS

Salchichas de pavo con patatas

ADO: SOJA

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

23	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	786	29	32	94

Potaje de garbanzos con espinacas

ADO: HUEVO, GLUTEN, SOJA

Bacalao en salsa marinera

ADO: PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS, HUEVO, SULFITOS Y SULFUROSOS, GLUTEN

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

24	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	575	30	12	88

Lentejas con verduras

ADO: GLUTEN

Merluza en salsa con guisantes

ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN

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

27	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	648	32	16	93

Crema de calabacín (sin natata, mantequilla)

Pollo guisado con arroz

ADO: APIO

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

28	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	682	25	23	94