

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="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Se sienta 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"/>
Quita 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:

Ficha técnica de platos en: www.pargaylopez.com



Parga y López



Menú escolar School menu



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 **ALERGENOS**.

ADO: Alérgenos de Declaración Obligatoria

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)

Table with 5 columns: DIA 1, KCAL 665, Proteinas (g) 26, Lipidos (g) 19, Hidratos (g) 98

Espaguetis con queso
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, HUEVO, GLUTEN
Lomo de Sajonia a la plancha con ensalada
Yogur (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Table with 5 columns: DIA 2, KCAL 755, Proteinas (g) 30, Lipidos (g) 37, Hidratos (g) 74

Arroz con magro
Filete de pollo a la plancha con ensalada
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Table with 5 columns: DIA 3, KCAL 769, Proteinas (g) 32, Lipidos (g) 34, Hidratos (g) 84

Macarrones gratinados
ADO: HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, GLUTEN, SOJA
Ragú de pavo con patatas fritas
ADO: APIO

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

Table with 5 columns: DIA 6, KCAL 770, Proteinas (g) 40, Lipidos (g) 23, Hidratos (g) 102

Lentejas con verduras
ADO: GLUTEN
Tortilla de calabacín con ensalada
ADO:HUEVO

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

Table with 5 columns: DIA 7, KCAL 697, Proteinas (g) 29, Lipidos (g) 24, Hidratos (g) 91

Brócoli con mayonesa
ADO: HUEVO
Jamoncitos de pollo asados con ensalada
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Table with 5 columns: DIA 8, KCAL 575, Proteinas (g) 27, Lipidos (g) 28, Hidratos (g) 54

Arroz con tomate
Albóndigas en salsa con patatas
ADO: GLUTEN , SOJA, APIO, SULFITOS Y SULFUROSOS
Yogur (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Table with 5 columns: DIA 9, KCAL 667, Proteinas (g) 27, Lipidos (g) 29, Hidratos (g) 75

Puchero de garbanzos
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, APIO
Filete de ternera a la plancha con ensalada
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Table with 5 columns: DIA 10, KCAL 713, Proteinas (g) 33, Lipidos (g) 27, Hidratos (g) 84

Espirales con bacon
ADO: GLUTEN, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS
Salchichas frescas con ensalada
ADO: HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA

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

Table with 5 columns: DIA 13, KCAL 799, Proteinas (g) 25, Lipidos (g) 36, Hidratos (g) 94

Judías pintas con chorizo
ADO: GLUTEN, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA
Tortilla con fiambre y ensalada
ADO: HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA

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

Table with 5 columns: DIA 14, KCAL 722, Proteinas (g) 30, Lipidos (g) 29, Hidratos (g) 85

Crema de verduras frescas
ADO: APIO
F. rusos en salsa con patatas
ADO: SOJA, SULFITOS Y SULFUROSOS
Yogur (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Table with 5 columns: DIA 15, KCAL 820, Proteinas (g) 32, Lipidos (g) 39, Hidratos (g) 85

Arroz con verduras
F. de pollo a la plancha con patatas
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Table with 5 columns: DIA 16, KCAL 777, Proteinas (g) 28, Lipidos (g) 29, Hidratos (g) 102

NO LECTIVO

FIESTA

Lentejas con arroz
ADO: GLUTEN
Croquetas de jamón con ensalada
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, GLUTEN, APIO
Piña en su jugo y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Table with 5 columns: DIA 21, KCAL 746, Proteinas (g) 28, Lipidos (g) 13, Hidratos (g) 129

Patatas riojana
ADO: SOJA
Tortilla francesa con ensalada
ADO: HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Table with 5 columns: DIA 22, KCAL 683, Proteinas (g) 20, Lipidos (g) 31, Hidratos (g) 82

Judías verdes rehogadas
Ragut de pavo con patatas
ADO: APIO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Table with 5 columns: DIA 23, KCAL 784, Proteinas (g) 37, Lipidos (g) 37, Hidratos (g) 76

Sopa de cocido
ADO: GLUTEN, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA
Cocido madrileño
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA
Helado (lácteos y derivados, frutos de cáscara, huevo, soja, gluten) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Table with 5 columns: DIA 24, KCAL 611, Proteinas (g) 23, Lipidos (g) 20, Hidratos (g) 87

Macarrones napolitana
ADO: GLUTEN, HUEVO
Salchichas de pavo con ensalada
ADO: SOJA

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

Table with 5 columns: DIA 27, KCAL 717, Proteinas (g) 29, Lipidos (g) 26, Hidratos (g) 92

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

Table with 5 columns: DIA 28, KCAL 761, Proteinas (g) 31, Lipidos (g) 28, Hidratos (g) 97

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

Table with 5 columns: DIA 29, KCAL 780, Proteinas (g) 27, Lipidos (g) 40, Hidratos (g) 77

Puchero de garbanzos
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, APIO
Pollo asado con patatas
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Table with 5 columns: DIA 30, KCAL 805, Proteinas (g) 37, Lipidos (g) 27, Hidratos (g) 105

Arroz con tomate
F. rusos con tomate y ensalada
ADO: SOJA, SULFITOS Y SULFUROSOS
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Table with 5 columns: DIA 31, KCAL 741, Proteinas (g) 26, Lipidos (g) 33, Hidratos (g) 84