

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 sillas 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"/>
	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 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



Parga y López



Menú escolar



Servicio de alimentación a colectividades

C/ Flora Tristán 10, 28919 Loganes (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 ALÉRGICOS.

ADO: Alérgenos de Declaración Obligatoria

Ensalada de pasta con atún
ADO: GLUTEN, HUEVO, PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS

Merluza romana con tomate natural
ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN

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

DIA 5

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
673	28	28	78

Lentejas con arroz
ADO: GLUTEN

Tortilla de calabacín con ensalada
ADO: HUEVO

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

DIA 6

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
699	26	20	102

Brócoli con mayonesa
ADO: HUEVO

Ragú de pollo con patatas
ADO: APIO

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

DIA 7

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
691	27	37	60

Lentejas estofadas
ADO: GLUTEN

Merluza al horno con patatas fritas
ADO: PESCADO

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

DIA 1

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
705	32	19	103

Puré de verduras
ADO: APIO

Escalope de cerdo con ensalada de lechuga y maíz
ADO: HUEVO, GLUTEN

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

DIA 2

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
803	21	46	78

Macarrones con tomate
ADO: GLUTEN, HUEVO

F. de platija rebosada con ensalada
ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN

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

DIA 12

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
661	27	19	95

Alubias blancas estofadas
ADO: GLUTEN, HUEVO

Tortilla de patatas con ensalada
ADO: HUEVO

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

DIA 13

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

Crema de calabaza

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

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

DIA 14

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
673	24	25	88

Paella mixta
ADO: CRUSTÁCEOS, PESCADOS, MOLUSCOS, SULFITOS Y SULFUROSOS

Bacalao con tomate y patatas
ADO: PESCADO, GLUTEN

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

DIA 8

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
764	32	24	105

Guisantes rehogados

Lacón al horno con patatas panadera

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

DIA 9

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
711	30	27	88

Arroz con salchichas
ADO: SOJA

F. de pollo empanado con ensalada
ADO: GLUTEN, HUEVO

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

DIA 15

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
806	31	36	87

Lentejas con verduras
ADO: GLUTEN

Bonito con tomate
ADO: PESCADO, GLUTEN

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

DIA 16

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
686	39	19	91

Espaguetis con tomate
ADO: GLUTEN, HUEVO

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

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

DIA 19

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

Potaje castellano
ADO: HUEVO, GLUTEN, SOJA

Tortilla de jamón con ensalada
ADO: HUEVO, SOJA

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

DIA 20

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
632	25	24	79

Judías verdes rehogadas

Estofado de ternera con patatas
ADO: APIO

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

DIA 21

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
766	30	37	77

**COMIDA ESPECIAL
FIN DE CURSO**

DIA 22

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)