

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="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
SE SITÚA 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"/>
	2º PLATO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	POSTRE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
HABIA CON TONO MODERADO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
CUIDA EL MENAJE, MOBILIARIO, JUEGOS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
RESPETA AL PERSONAL DEL COMEDOR	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
RESPETA A SUS COMPAÑEROS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
PARTICIPA EN TALLERES/JUEGOS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Monitor:

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



Parga y López

Servicio de alimentación a colectividades

Eres lo que comes.

C/ Flora Tristán 10
 28919 Leganés (MADRID)
 Telf.: 91 478 42 39
 Fax: 91 478 94 63
 info@pargaylopez.com

www.pargaylopez.com



Menú Escolar



EMPRESA COLABORADORA CON:



Palomeras Bajas SIN PESCADO

OCTUBRE 2017

Lunes/Monday

Martes/Tuesday

Miércoles/Wednesday

Jueves/Thursday

Viernes/Friday

Macarrones con tomate
ADO: GLUTEN, HUEVO

Escalope de ternera con ensalada de lechuga y tomate
ADO: HUEVO, GLUTEN

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

DIA 2	KCAL 887	Proteínas (g) 37	Lípidos (g) 38	Hidratos (g) 100
--------------	----------	------------------	----------------	------------------

Lentejas con arroz
ADO: GLUTEN

Tortilla española con ensalada
ADO: HUEVO, GLUTEN

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

DIA 3	KCAL 830	Proteínas (g) 32	Lípidos (g) 28	Hidratos (g) 112
--------------	----------	------------------	----------------	------------------

Puré de verduras frescas/acelgas, puerro, apio, patata
ADO: APIO

Albóndigas en salsa con patatas dado
ADO: GLUTEN, SOJA, APIO, SULFITOS Y SULFUROSOS

Helado (lácteos y derivados, frutos de cáscara, huevo, soja, gluten) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

DIA 4	KCAL 733	Proteínas (g) 26	Lípidos (g) 32	Hidratos (g) 86
--------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Arroz blanco con tomate

F. de pollo con lechuga, tomate y maíz

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

DIA 5	KCAL 620	Proteínas (g) 26	Lípidos (g) 24	Hidratos (g) 76
--------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Judías pintas con verduras
ADO: GLUTEN

Salchichas frescas con patatas
ADO: SULFITOS Y SULFUROSOS

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

DIA 6	KCAL 840	Proteínas (g) 27	Lípidos (g) 36	Hidratos (g) 102
--------------	----------	------------------	----------------	------------------

Ensalada de pasta (sin atún)
ADO: GLUTEN, HUEVO

Filete de pollo a la plancha con zanahoria baby

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

DIA 9	KCAL 630	Proteínas (g) 32	Lípidos (g) 22	Hidratos (g) 76
--------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Patatas con magro adobado

Tortilla de pavo con ensalada de lechuga y tomate
ADO: HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA

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

DIA 10	KCAL 605	Proteínas (g) 23	Lípidos (g) 28	Hidratos (g) 65
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Sopa de cocido con fideos
ADO: GLUTEN, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA

Cocido/pollo, morcillo, repollo
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, HUEVO

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

DIA 11	KCAL 665	Proteínas (g) 26	Lípidos (g) 19	Hidratos (g) 98
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

FIESTA

DIA 12				
---------------	--	--	--	--

NO LECTIVO

DIA 13				
---------------	--	--	--	--

Arroz a la campesina
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA

Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, tomate y remolacha
ADO: HUEVO

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

DIA 16	KCAL 717	Proteínas (g) 21	Lípidos (g) 32	Hidratos (g) 85
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Judías blancas con verduras
ADO: GLUTEN

Lomo fresco con ensalada de lechuga y tomate

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

DIA 17	KCAL 836	Proteínas (g) 31	Lípidos (g) 41	Hidratos (g) 85
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Coliflor con mahonesa
ADO: HUEVO

Ragú de pavo con patatas
ADO: APIO

Helado (lácteos y derivados, frutos de cáscara, huevo, soja, gluten) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

DIA 18	KCAL 776	Proteínas (g) 34	Lípidos (g) 44	Hidratos (g) 61
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Sopa de picadillo/huevo, pollo, jamón
ADO: SOJA, HUEVO, APIO, GLUTEN

F.rusos con ketchup y ensalada
ADO: SOJA, SULFITOS Y SULFUROSOS

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

DIA 19	KCAL 633	Proteínas (g) 26	Lípidos (g) 29	Hidratos (g) 67
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Puchero de garbanzos
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, APIO

Filete de pollo a la plancha con calabacín rebozado
ADO: GLUTEN, HUEVO

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

DIA 20	KCAL 754	Proteínas (g) 35	Lípidos (g) 28	Hidratos (g) 90
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Macarrones al ajillo con bacón
ADO: GLUTEN, HUEVO

Ternera a la jardinera con zanahoria y guisantes

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

DIA 23	KCAL 717	Proteínas (g) 30	Lípidos (g) 26	Hidratos (g) 91
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Lentejas con verduras/pimiento, zanahoria, patata
ADO: GLUTEN

Pollo asado con champiñones

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

DIA 24	KCAL 624	Proteínas (g) 36	Lípidos (g) 14	Hidratos (g) 88
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Judías verdes portuguesa

Sajonia con patatas fritas

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

DIA 25	KCAL 684	Proteínas (g) 26	Lípidos (g) 39	Hidratos (g) 58
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Arroz caldoso con verduras

Salchichas de pavo con ensalada de lechuga y tomate
ADO: SOJA

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

DIA 26	KCAL 720	Proteínas (g) 25	Lípidos (g) 31	Hidratos (g) 86
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Puré de calabaza

Lasaña al horno con tomate natural
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, GLUTEN, APIO

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

DIA 27	KCAL 658	Proteínas (g) 22	Lípidos (g) 17	Hidratos (g) 106
---------------	----------	------------------	----------------	------------------

Espaguetis boloñesa
ADO: GLUTEN, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS

Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
ADO: HUEVO

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

DIA 30	KCAL 779	Proteínas (g) 29	Lípidos (g) 32	Hidratos (g) 94
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Sopa de cocido
ADO: GLUTEN, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA

Cocido madrileño/ternera, chorizo, patata, repollo
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, HUEVO

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

DIA 31	KCAL 665	Proteínas (g) 26	Lípidos (g) 19	Hidratos (g) 98
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

En cumplimiento del RD 126/2015, disponemos en nuestras cocinas de la información relativa a **ALÉRGENOS**.
ADO: Alérgenos de Declaración Obligatoria