

## Sugerencias para la cena

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		FIESTA	SOPA MINISTRONE BUÑELOS DE BACALAO CON ENSALADA NATILLAS	ESPINACAS AL AJILLO SALCHICHAS FRANKFURT CON SALSA DE TOMATE FRUTA
JUDÍAS VERDES CON JAMÓN BACALAO AL HORNO CON PIMIENTOS FRUTA	CREMA DE CALABAZA HAMBURGUESA DE PAVO CON PATATAS FRUTA	SOPA DE ESTRELLAS CALAMARES A LA ROMANA CON ENSALADA YOGUR	FIESTA	REPOLLO AL AJO ARRIERO POLLO AL CHILINDRÓN FRUTA
GUISANTES CON JAMÓN CINTA DE LOMO CON PIMIENTOS FRUTA	COLIFLOR CON MAHONESA MERLUZA EN PAPILOTE CON VERDURITAS FRUTA	ARROZ CON GAMBAS RAGOUT DE PAVO CON ZANAHORIAS FRUTA	ACELGAS CON PATATAS LENGUADO AL LIMÓN CON CHAMPIÑONES FLAN	LOMBARDA A LA SEGOVIANA CERDO AGRIDULCE FRUTA
SOPA DE VERDURAS TERNERA ASADA CON CALABACIN REHOGADO FRUTA	BERENJENAS RELLENAS GALLO A LA PLANCHA CON PATATAS PANADERA FRUTA	JUDÍAS VERDES CON PATATAS CROQUETAS DE JAMÓN CON ENSALADA YOGUR	ARROZ PILAF ATÚN A LA CAZUELA FRUTA	BRÓCOLI CON BACON CONTRAMUSLOS DE POLLO CON ZANAHORIA BABY FRUTA
PATATAS GUIADAS CON VERDURAS BACALAO A LA VIZCAÍNA FRUTA	MENESTRA DE VERDURAS ALBÓNDIGAS DE POLLO EN SALSA GELATINA	ENSALADA CÉSAR FILETE DE TERNERA CON PATATAS A LO POBRE FRUTA	Judías verdes rehogadas TORTILLA DE ATÚN CON ENSALADA FRUTA	

## 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	1 <sup>ER</sup> PLATO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	2 <sup>º</sup> 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, JUEGOS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
RESPECTA AL PERSONAL DEL COMEDOR	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
RESPECTA 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](http://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](http://www.pargaylopez.com)

## Menú Escolar



EMPRESA COLABORADORA CON:



**Palomeras Bajas**



**NOVIEMBRE / NOVEMBER 2017**

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**

**FIESTA**

€1

€2

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
812	28	36	94

€3

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
653	23	30	72

Macarrones gratinados

ADO: HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, GLUTEN, SOJA

Lacón con patatas

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

€6

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
742	30	21	106

Judías pintas con arroz

ADO: GLUTEN, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA

Merluza orly con ensalada de lechuga y tomate

ADO: PESCADO, GLUTEN, HUEVO

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

€7

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
776	34	25	106

Marmitako de bonito con pimiento, ajo y cebolla

ADO: PESCADO

F. rusos con tomate

ADO: SOJA, SULFITOS Y SULFUROSOS

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

€8

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
774	34	32	89

**FIESTA**

€9

€10

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
710	26	29	85

Espaguetis boloñesa

ADO: GLUTEN, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS

F. lenguadina en salsa con patatas panadera

ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN

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

€13

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
793	36	28	100

Sopa de cocido con fideos

ADO: GLUTEN, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA

Cocido madrileño (patatas, morcillo, repollo)

ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, HUEVO

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

€14

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
665	26	19	98

Puré de calabacín

ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS

F. de pollo plancha con arroz

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

€15

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
688	28	21	96

Lentejas estofadas

ADO: GLUTEN

Bacalao romana con ensalada de lechuga y tomate

ADO: PESCADO, GLUTEN, HUEVO

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

€16

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
678	36	24	79

Brócoli con mayonesa

ADO: HUEVO

Albóndigas en salsa con patatas

ADO: APIO, SOJA, GLUTEN, SULFITOS Y SULFUROSOS

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

€17

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
716	29	36	70

Pasta vegetal con queso y bacon

ADO: GLUTEN, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS

F. platija rebozado con ensalada de lechuga y zanahoria

ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN

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

€20

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
801	31	30	101

Judías blancas con chorizo

ADO: GLUTEN, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA

Tortilla de patata con ensalada de lechuga y tomate

ADO: HUEVO

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

€21

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
768	29	32	91

Crema de zanahoria, acelga y apio

ADO: APIO

Pavo guisado con verduras y arroz

ADO: APIO

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

€22

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
688	36	25	80

Patatas con carne

Cazón adobado con lechuga y tomate

ADO: PESCADO, GLUTEN

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

€23

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
743	29	30	91

€24

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
809	31	38	85

Arroz con verduras (zanahoria, judías verdes, pimiento)

Huevos villarroy con ensalada

ADO: HUEVO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS, PESCADO, APIO, MOSTAZA, SOJA, LÁCTEOS Y DERIVADOS, GLUTEN, SULFITOS

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

€27

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
828	22	38	100

Macarrones con tomate

ADO: GLUTEN, HUEVO

F. de merluza en salsa verde

ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN

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

€28

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
680	30	18	100

Judías verdes rehogadas

Pollo asado con patatas

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

€29

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
598	29	27	60

Sopa de cocido

ADO: GLUTEN, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA

Cocido completo (patata, chorizo, ternera)

ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, HUEVO

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

€30

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
665	26	19	98