

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	1 ^{ER} PLATO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	2 ^O 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



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 PROT/LACTOSA



NOVIEMBRE 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

FIESTA

6

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
675	27	17	104

7

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
648	29	20	88

8

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
707	30	28	84

2

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
746	24	32	90

3

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
658	22	28	78

Espaguetis con tomate
ADO: HUEVO, GLUTEN
F.lenguadina en salsa con patatas panadera
ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Judías pintas con verduras
ADO: GLUTEN
Merluza orly con ensalada de lechuga y tomate
ADO: PESCADO, GLUTEN, HUEVO
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Marmitako de bonito con pimiento, ajo y cebolla
ADO: PESCADO
F. rusos con tomate
ADO: SOJA, SULFITOS Y SULFUROSOS
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Crema de champiñones (sin nata)
Ragú de ternera con patatas dado
ADO: APIO
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Arroz con pollo
Tortilla de patatas con ensalada
ADO: HUEVO
Yogur de soja (soja) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

13

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

14

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
556	20	11	94

15

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
621	25	18	91

9

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
707	30	28	84

10

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
643	23	26	81

Pasta vegetal al ajillo
ADO: GLUTEN, HUEVO
F. platija rebozado con ensalada de lechuga y zanahoria
ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Sopa de cocido con fideos
ADO: GLUTEN, HUEVO, SOJA
Cocido madrileño (patatas, morcillo, repollo, sin morcilla)
ADO: HUEVO, SOJA
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Puré de calabacín (sin nata)
F. pollo a la plancha con arroz
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Lentejas estofadas
ADO: GLUTEN
Bacalao romana con ensalada de lechuga y tomate
ADO: PESCADO, GLUTEN, HUEVO
Yogur de soja (soja) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Brócoli con mayonesa
ADO: HUEVO
Albóndigas en salsa con patatas
ADO: APIO, SOJA, GLUTEN, SULFITOS Y SULFUROSOS
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

20

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
685	27	22	95

11

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
556	20	11	94

16

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
621	25	18	91

17

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
683	34	22	85

12

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
649	25	32	66

Arroz con verduras (zanahoria, judías verdes, pimiento)
Tortilla de espinacas con ensalada
ADO: HUEVO
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Judías blancas estofadas
ADO: GLUTEN, HUEVO
Tortilla de patata con ensalada de lechuga y tomate
ADO:HUEVO
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Crema de zanahoria, acelga y apio
ADO: APIO
Pavo guisado con verduras y arroz
ADO: APIO
Yogur de soja (soja) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Patatas con carne
Cazón adobado con ensalada de lechuga y tomate
ADO: PESCADO, GLUTEN
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Potaje castellano con espinacas y huevo
ADO: HUEVO, GLUTEN, SOJA
Sajonia plancha con lechuga y zanahoria
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

27

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
598	16	23	82

21

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

22

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
693	34	23	86

23

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
676	25	26	86

24

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
742	28	34	81

28

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

29

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

30

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
603	28	25	66

Sopa de cocido con fideos
ADO: GLUTEN, HUEVO, SOJA
Cocido completo (patata, chorizo, ternera, sin morcilla)
ADO: HUEVO, SOJA
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Macarrones con tomate
ADO: GLUTEN, HUEVO
F. de merluza en salsa verde
ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)