

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 PESCADO



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

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	108

Judías pintas con arroz
ADO: GLUTEN, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA
F. de ternera a la plancha con ensalada de lechuga y tomate
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

7

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
758	33	26	99

Patatas a la riojana (con chorizo)
ADO: SOJA
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)
748	27	32	88

FIESTA

9

10

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
689	21	29	86

Espaguetis boloñesa
ADO: GLUTEN, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS
Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y maíz
ADO: HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

13

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
772	29	32	93

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
Lomo de Sajonia a la plancha con ensalada de lechuga y tomate
Yogur (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

16

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
748	33	37	72

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

20

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
734	32	26	94

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
Salchichas frescas con ensalada de lechuga y tomate
ADO: SULFITOS Y SULFUROSOS
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

23

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
734	22	34	85

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

24

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

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

27

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
665	19	27	86

Macarrones con tomate
ADO: GLUTEN, HUEVO
F. de ternera con ensalada de lechuga y maíz
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

28

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
697	30	23	92

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