

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 SITUÁ 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"/>
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



Asociación de Celíacos y Sensibles al Gluten
 Comunidad de Madrid

Palomeras Bajas SIN HUEVO



ABRIL / APRIL 2018

Lunes/Monday

Martes/Tuesday

Miércoles/Wednesday

Jueves/Thursday

Viernes/Friday

Lentejas estofadas con verduras
ADO: GLUTEN

Salchichas de pavo con tomate frito
ADO: SOJA

Piña en su jugo y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

3	Kcal. 673,2	Prot. 30,4	Lip 21,1	H.C. 90,5
----------	-------------	------------	----------	-----------

Arroz con tomate

Merluza enharinada con lechuga y tomate
ADO: PESCADO, GLUTEN

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

4	Kcal. 683,8	Prot. 25,25	Lip 28	H.C. 82,9
----------	-------------	-------------	--------	-----------

Brócoli rehogado

Sajonia con patatas

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

5	Kcal. 787	Prot. 24,05	Lip 46,1	H.C. 69,1
----------	-----------	-------------	----------	-----------

Sopa de cocido (fideos sin huevo)
ADO: SOJA

Cocido madrileño (repollo, chorizo, sin gallina)
ADO: SOJA

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

6	Kcal. 665,1	Prot. 25,75	Lip 19,4	H.C. 97,7
----------	-------------	-------------	----------	-----------

Macarrones con tomate (pasta sin huevo)
ADO: SOJA

Filete de ternera a la plancha con ensalada

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

9	Kcal. 700	Prot. 29,95	Lip 23,5	H.C. 92,3
----------	-----------	-------------	----------	-----------

Arroz con verduras

F. de limanda a la plancha con lechuga tomate, aceitunas
ADO: PESCADO

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

10	Kcal. 634,2	Prot. 24,55	Lip 21,4	H.C. 86,3
-----------	-------------	-------------	----------	-----------

Puré de verduras

Filetes rusos en salsa con patatas fritas
ADO: SOJA, SULFITOS Y SULFUROSOS

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

11	Kcal. 820	Prot. 32,1	Lip 39	H.C. 85,1
-----------	-----------	------------	--------	-----------

Patatas guisadas riojana
ADO: SOJA

Bacalao con tomate
ADO: PESCADO, GLUTEN

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

12	Kcal. 706,6	Prot. 28,75	Lip 22,8	H.C. 96,8
-----------	-------------	-------------	----------	-----------

Empedrado de judías pintas
ADO: GLUTEN, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA

Lomo de Sajonia a la plancha con ensalada

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

13	Kcal. 848,1	Prot. 30,95	Lip 36,8	H.C. 98,2
-----------	-------------	-------------	----------	-----------

Espaguetis con tomate (pasta sin huevo)
ADO: SOJA

Merluza al horno con verduras
ADO: PESCADO

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

16	Kcal. 625	Prot. 28,85	Lip 15,1	H.C. 93,6
-----------	-----------	-------------	----------	-----------

Judías blancas con verduras
ADO: GLUTEN

Lacón a la gallega con patatas fritas

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

17	Kcal. 827	Prot. 32,05	Lip 32,9	H.C. 100,9
-----------	-----------	-------------	----------	------------

Paella valenciana (guisantes, judías verdes, magro, calamares)
ADO: CRUSTÁCEOS, PESCADOS, MOLUSCOS, SULFITOS Y SULFUROSOS

Salmón a la plancha con tomate natural
ADO: PESCADO

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

18	Kcal. 715	Prot. 30,45	Lip 29,7	H.C. 81,6
-----------	-----------	-------------	----------	-----------

Crema de verduras frescas

Jamonicos de pollo asados con patatas fritas

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

19	Kcal. 616	Prot. 26,8	Lip 23,6	H.C. 73,9
-----------	-----------	------------	----------	-----------

Sopa de cocido (fideos sin huevo)
ADO: SOJA

Cocido (patata, garbanzos, temera, zanahoria, sin gallina)
ADO: SOJA

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

20	Kcal. 665,35	Prot. 25,75	Lip 19,4	H.C. 97,725
-----------	--------------	-------------	----------	-------------

Fideua (pasta sin huevo)
ADO: SOJA, CRUSTÁCEOS, PESCADO, MOLUSCOS, SULFITOS Y SULFUROSOS

Bonito con tomate
ADO: PESCADO, GLUTEN

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

23	Kcal. 810,65	Prot. 46,25	Lip 26,6	H.C. 96,725
-----------	--------------	-------------	----------	-------------

Lentejas guisadas con zanahoria
ADO: GLUTEN

Filete de ternera ala plancha con lechuga tomate, maíz

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

24	Kcal. 734,6	Prot. 35,35	Lip 25,9	H.C. 90,2
-----------	-------------	-------------	----------	-----------

Judías verdes rehogadas

Ragú de pollo con patatas
ADO: APIO

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

25	Kcal. 718	Prot. 28,55	Lip 33,2	H.C. 76,2
-----------	-----------	-------------	----------	-----------

Arroz caldoso con verduras

Cazón adobado con ensalada
ADO: PESCADO, GLUTEN

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

26	Kcal. 666,8	Prot. 27	Lip 28,8	H.C. 74,8
-----------	-------------	----------	----------	-----------

Sopa juliana
ADO: APIO

F. rusos en salsa con champiñones y patatas fritas
ADO: SOJA, SULFITOS Y SULFUROSOS

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

27	Kcal. 822	Prot. 32,25	Lip 38,6	H.C. 86,5
-----------	-----------	-------------	----------	-----------



Jornadas Gastronómicas del País Vasco
12 de abril de 2018



Día del Libro

23 de abril de 2018

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