

## 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](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



Asociación de Celíacos y Sensibles al Gluten  
 Comunidad de Madrid

**Palomeras Bajas SIN PESCADO**

**ABRIL / APRIL 2018**

Lunes/Monday

Martes/Tuesday

Miércoles/Wednesday

Jueves/Thursday

Viernes/Friday

Lentejas estofadas con verduras  
Salchichas de pavo con tomate frito  
*ADO: SOJA*  
Piña en su jugo y pan sin gluten (altramuces)

**3**

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

Arroz con tomate, huevo picado  
*ADO: HUEVO*  
Merluza al horno con lechuga y tomate  
*ADO: PESCADO*  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

**4**

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
658,8	27,65	23,8	83,6

Brócoli con mayonesa  
*ADO: HUEVO*  
Sajonia con patatas  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

**5**

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
849,2	24,35	52,9	69,1

Sopa de cocido (fideos sin gluten)  
*ADO: HUEVO, SOJA*  
Cocido madrileño (repollo, pollo, chorizo)  
*ADO: SOJA, HUEVO*  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

**6**

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

Macarrones con tomate (pasta sin gluten)  
*ADO: SOJA*  
Filete de ternera a la plancha con ensalada  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

**9**

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

Arroz con verduras  
F. de limanda a la plancha con lechuga tomate, aceitunas  
*ADO: PESCADO*  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

**10**

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

Puré de verduras  
Filetes rusos en salsa con patatas fritas  
*ADO: SOJA, SULFITOS Y SULFUROSOS*  
Yogur(lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

**11**

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

Patatas guisadas riojana  
*ADO: SOJA*  
Bacalao al horno con ensalada de tomate  
*ADO: PESCADO*  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

**12**

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
643	25,25	23,9	82,2

Empedrado de judías pintas  
*ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA*  
Tortilla de calabacín y ensalada  
*ADO:HUEVO*  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

**13**

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
720	26,55	24,2	98,9

Espaguetis con tomate (pasta sin gluten)  
*ADO: SOJA*  
Merluza al horno con verduras  
*ADO: PESCADO*  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

**16**

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

Judías blancas estofadas  
*ADO: HUEVO*  
Lacón a la gallega con patatas fritas  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

**17**

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

Paella valenciana (guisantes, judías verdes, magro, calamares)  
*ADO: CRUSTÁCEOS, PESCADOS, MOLUSCOS, SULFITOS Y SULFUROSOS*  
Tortilla de bonito con tomate natural  
*ADO:HUEVO, PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS*  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

**18**

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
703	28,25	29,3	81,9

Crema de verduras frescas  
Jamoncitos de pollo asados con patatas fritas  
Yogur(lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

**19**

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

Sopa de cocido (fideos sin gluten)  
*ADO: HUEVO, SOJA*  
Cocido (patata, garbanzos, ternera, zanahoria)  
*ADO: SOJA, HUEVO*  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

**20**

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

Fideua (pasta sin gluten)  
*ADO: CRUSTÁCEOS, PESCADO, MOLUSCOS, SULFITOS Y SULFUROSOS*  
Bonito a la plancha con ensalada de tomate  
*ADO: PESCADO*  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

**23**

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
709,8	37,85	21,6	91,5

Lentejas guisadas con zanahoria  
Tortilla de patatas con lechuga tomate, maíz  
*ADO: HUEVO*  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

**24**

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
859,2	30,95	35,4	104,2

Judías verdes rehogadas  
Ragú de pollo con patatas  
*ADO: APIO*  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

**25**

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

Arroz caldoso con verduras  
Cazón a la plancha con ensalada  
*ADO: PESCADO*  
Yogur(lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

**26**

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
624,2	23,6	28,8	67,4

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 sin gluten (altramuces)

**27**

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
822	32,25	38,6	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**