

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

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)

13

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)

14

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)

15

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)

16

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)

19

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