

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 **CELÍACOS**



MAYO 2018

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 **ALÉRGENOS**.

ADO: Alérgenos de Declaración Obligatoria

DÍA 1

FIESTA

DÍA 2

FIESTA

DÍA 3

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
690	23	29	85

DÍA 4

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
765	32	28	97

Espaguetis con tomate (pasta sin gluten)
ADO: SOJA

Merluza al horno con salsa (guisantes, pimiento, huevo picado)
ADO: PESCADO, HUEVO

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

DÍA 7

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
680	30	18	100

Judías pintas rehogadas con arroz
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA

Tortilla de calabacín con lechuga, tomate y soja
ADO: HUEVO, SOJA

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

DÍA 8

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
724	27	24	100

Brócoli con mayonesa
ADO: HUEVO

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

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

DÍA 9

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
770	33	43	63

Patatas con magro adobado

Bacalao al horno con tomate
ADO: PESCADO

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

DÍA 10

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
608	26	18	86

Sopa de cocido (fideos sin gluten)
ADO: SOJA

Cocido (repollo, szanahoria, patata, ternera, chorizo)
ADO: SOJA, HUEVO

Helado sin gluten (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

DÍA 11

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
611	23	20	87

Arroz con tomate
Escalopines a la plancha con ensalada de tomate natural y remolacha

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

DÍA 14

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
670	25	30	75



DÍA 15

Crema de calabaza (puerro, apio y patata)
ADO: APIO

Ragú de pavo (zanahoria, guisantes, judías verdes)
ADO: APIO

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

DÍA 16

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
659	34	25	75

Fabada asturiana
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA

F. de merluza al horno con ensalada
ADO: PESCADO

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

DÍA 17

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
733	31	43	55

Judías verdes rehogadas
Jamoncitos de pollo al horno con patatas fritas
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

DÍA 18

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
643	28	26	74

Macarrones con tomate (pasta sin gluten)
ADO: SOJA

Tortilla jamón york con ensalada de lechuga, tomate y cebolla
ADO: HUEVO, SOJA

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

DÍA 21

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
686	25	24	92

Puré de verduras
Magro ternera riojana con tomate, guisantes, pimiento
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

DÍA 22

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
754	25	39	75

Lentejas estofadas
Salmón a la naranja con patatas al vapor
ADO: PESCADO

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

DÍA 23

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
756	34	22	106

Arroz con verduras
Filete de pollo plancha con ensalada de maíz
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

DÍA 24

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
661	27	24	85

Judías verdes rehogadas
Bacalao al horno con patatas fritas
ADO: PESCADO
Helado sin gluten (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

DÍA 25

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
566	23	25	64

Arroz con verduras
Tortilla de patatas con ensalada
ADO: HUEVO

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

DÍA 28

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
729	22	30	92

Coditos con beicon y queso (pasta sin gluten)
ADO: SOJA, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS

Cazón a la plancha con lechuga, tomate, maíz
ADO: PESCADO

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

DÍA 29

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
769	29	31	93

Crema de verduras
Sajonia con patatas fritas
Gelatina y pan sin gluten (altramuces)

DÍA 30

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
762	19	37	88

Puchero de garbanzos (patata, chorizo y jamón)
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, APIO

Merluza a la plancha con ensalada
ADO: PESCADO

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

DÍA 31

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
637	32	19	85