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		☐	☐	☐
SE SITÚA CORRECTAMENTE EN LAS ENTRADAS Y SALIDAS		☐	☐	☐
SE COMPORTA CON CORRECCIÓN EN LA MESA		☐	☐	☐
COME BIEN HABITUALMENTE	1º PLATO	☐	☐	☐
	2º PLATO	☐	☐	☐
	POSTRE	☐	☐	☐
HABLA CON TONO MODERADO		☐	☐	☐
CUIDA EL MENAJE, MOBILIARIO, JUEGOS		☐	☐	☐
RESPETA AL PERSONAL DEL COMEDOR		☐	☐	☐
RESPETA A SUS COMPAÑEROS		☐	☐	☐
PARTICIPA EN TALLERES/JUEGOS		☐	☐	☐

Monitor:

Ficha técnica de platos contactar en:
www.pargaylopez.com

Parga y López

Servicio de alimentación a colectividades

Eres lo que comes.

C/ Nova Tristán 10
28919 Leganés (MADRID)
Telf.: 91 478 42 39
Fax: 91 478 94 63
info@pargaylopez.com
www.pargaylopez.com

Menú Escolar

UNHCR ACNUR

ADMAX

Colegio/School

Palomeras Bajas SIN PROT/LACTOSA

Parga y López

Mes/Month

MAYO 2018

Lunes/Monday	Martes/Tuesday	Miércoles/Wednesday	Jueves/Thursday	Viernes/Friday
En cumplimento del RD 126/2015, disponemos en nuestras cocinas de la información relativa a ALÉRGENOS. **ADO:** Alérgenos de Declaración Obligatoria	FIESTA DÍA 1	FIESTA DÍA 2	Arroz tres delicias (huevo, jamón, guisantes) *ADO: HUEVO, SOJA* Salchichas de pavo con lechuga y tomate *ADO: SOJA* Piña en su jugo y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) DÍA 3 — Kcal. 690 | Prot. 23 | Lip 29 | H.C. 85	Lentejas con verduras *ADO: GLUTEN* Tortilla de patatas con tomate natural, maíz, atún *ADO: HUEVO, PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS* Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) DÍA 4 — Kcal. 698 | Prot. 28 | Lip 24 | H.C. 92
Espaguetis con tomate *ADOS: GLUTEN, HUEVO* Merluza en salsa (guisantes, pimiento, huevo picado) *ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN* Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) DÍA 7 — Kcal. 613 | Prot. 27 | Lip 14 | H.C. 95	Judías pintas con verduras *ADO: GLUTEN* Tortilla de calabacín con lechuga, tomate y soja *ADO: HUEVO, SOJA* Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) DÍA 8 — Kcal. 594 | Prot. 22 | Lip 20 | H.C. 81	Brócoli con mayonesa *ADO: HUEVO* Albóndigas en salsa (guisantes, champiñon, patatas) *ADO: HUEVO, SOJA, GLUTEN, SULFITOS Y SULFUROSOS* Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) DÍA 9 — Kcal. 638 | Prot. 30 | Lip 36 | H.C. 48	Patatas con magro adobado Bacalao con tomate *ADO: PESCADO, GLUTEN* Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) DÍA 10 — Kcal. 564 | Prot. 24 | Lip 13 | H.C. 87	Sopa de cocido *ADO: GLUTEN, HUEVO, SOJA* Cocido (repollo, zanahoria, patata, ternera, chorizo) *ADO: SOJA, HUEVO* Yogur de soja (soja) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) DÍA 11 — Kcal. 593 | Prot. 24 | Lip 17 | H.C. 85
Arroz con tomate Escalopines madrileña con ensalada de tomate natural y remolacha *ADO: GLUTEN, HUEVO* Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) DÍA 14 — Kcal. 796 | Prot. 29 | Lip 41 | H.C. 78	 **San Isidro** 15 de mayo de 2018 DÍA 15	Crema de calabaza (puerro, apio y patata *ADO: APIO* Ragú de pavo (zanahoria, guisantes, judías verdes) *ADO: APIO* Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) DÍA 16 — Kcal. 592 | Prot. 30 | Lip 21 | H.C. 71	Fabada asturiana (sin morcilla, sin jamón) *ADO: SOJA, GLUTEN* F. de merluza romana con ensalada *ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN* Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) DÍA 17 — Kcal. 770 | Prot. 29 | Lip 47 | H.C. 57	Judías verdes rehogadas Jamoncitos de pollo al horno con patatas fritas Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) DÍA 18 — Kcal. 576 | Prot. 25 | Lip 22 | H.C. 69
Macarrones con tomate *ADO:HUEVO, GLUTEN* Tortilla jamón york con ensalada de lechuga, tomate y cebolla *ADO: HUEVO, SOJA* Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) DÍA 21 — Kcal. 619 | Prot. 22 | Lip 20 | H.C. 88	Puré de verduras Magro ternera riojana con tomate, guisantes, pimiento (sin jamón) Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) DÍA 22 — Kcal. 687 | Prot. 22 | Lip 35 | H.C. 71	Lentejas estofadas *ADO: GLUTEN* Salmón a la naranja con patatas al vapor *ADO: PESCADO* Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) DÍA 23 — Kcal. 689 | Prot. 31 | Lip 18 | H.C. 102	Arroz con verduras Filete de pollo plancha con ensalada de maíz Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) DÍA 24 — Kcal. 594 | Prot. 23 | Lip 20 | H.C. 81	Judías verdes rehogadas Bacalao con tomate y patatas fritas *ADO: PESCADO, GLUTEN* Yogur de soja (soja) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) DÍA 25 — Kcal. 615 | Prot. 27 | Lip 24 | H.C. 72
Arroz con verduras Tortilla de patatas con ensalada *ADO: HUEVO* Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) DÍA 28 — Kcal. 662 | Prot. 18 | Lip 26 | H.C. 88	Coditos al ajillo con beicon *ADO: GLUTEN, HUEVO* Cazón adobado con lechuga, tomate, maíz *ADO: PESCADO, GLUTEN* Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) DÍA 29 — Kcal. 695 | Prot. 28 | Lip 23 | H.C. 94	Crema de verduras Sajonia con patatas fritas Gelatina y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) DÍA 30 — Kcal. 762 | Prot. 19 | Lip 37 | H.C. 88	Puchero de garbanzos (patata, chorizo, sin jamón) *ADO: SOJA, APIO* Merluza rebozada con ensalada *ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN* Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) DÍA 31 — Kcal. 674 | Prot. 30 | Lip 23 | H.C. 87	

Menú elaborado por el departamento de nutrición de PARGA y LÓPEZ, S.L.