

## 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 SITÚA 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](mailto:info@pargaylopez.com)

[www.pargaylopez.com](http://www.pargaylopez.com)



## Menú Escolar



EMPRESA COLABORADORA CON



Asociación de Celíacos y Sensibles al Gluten  
 Comedor de Madrid

**Palomeras Bajas SIN CARNE**



**JUNIO 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 Mundial del Medio Ambiente**

5 de junio de 2018

Fideua de verduras  
ADO: GLUTEN, HUEVO  
Merluza romana con lechuga, tomate y maíz  
ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

<b>14</b>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	823,4	40,05	29,6	99,6

**DÍA MEDIO AMBIENTE**  
Brócoli rehogado  
Tortilla de patatas con ensalada  
ADO: HUEVO

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

<b>15</b>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	592	21,65	29,7	59,4

Judías pintas con verduras  
ADO: GLUTEN  
Bacalao romana con ensalada  
ADO: PESCADO, GLUTEN, HUEVO  
Gelatina y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

<b>16</b>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	641	27,7	19,7	88,4

Crema de verduras frescas  
Hamburguesa vegetal con tomate y patatas  
ADO: SOJA  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

<b>17</b>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	781	26,85	30,8	99,2

Judías verdes rehogadas  
Tortilla de espinacas con ensalada  
ADO: HUEVO  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

<b>11</b>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	548,6	19,35	26,3	58,7

Macarrones con tomate  
ADO: GLUTEN, HUEVO  
F. limanda con lechuga, maíz y tomate  
ADO: PESCADO  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

<b>11</b>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	627,6	28,85	15,2	94,1

Judías verdes con tomate  
Tortilla de calabacín con patatas fritas  
ADO: HUEVO  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

<b>12</b>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	633	21,45	26,4	77,2

Crema de calabacín  
Croquetas de pescado con patatas fritas  
ADO: SOJA, LÁCTEOS Y DERIVADOS, GLUTEN, PESCADO  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

<b>13</b>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	833,7	17,75	47,5	84

Alubias blancas con verduras  
ADO: GLUTEN  
Merluza en salsa verde  
ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN  
Helado (gluten, soja, lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

<b>14</b>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	621	29,1	19,8	81,9

Arroz con verduras  
Marmitako de atún con verduras  
ADO: PESCADO  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

<b>15</b>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	768,2	24,35	19,8	123,5

Lentejas estofadas  
ADO: GLUTEN  
Tortilla de queso con lechuga, remolacha y maíz  
ADO: HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

<b>18</b>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	748,7	31,55	29,6	89,2

Espaguetis con tomate y orégano  
ADO: GLUTEN, HUEVO  
Fritura de pescado con lechuga, tomate, aceitunas  
ADO: GLUTEN, PESCADO, SOJA, LÁCTEOS Y DERIVADOS, MOLUSCOS, HUEVO  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

<b>19</b>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	773	31,35	31,1	92

Crema de champiñones  
Bacalao con tomate y patatas  
ADO: PESCADO, GLUTEN  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

<b>20</b>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	697	28,35	19,5	102,2

Arroz blanco con tomate  
Calamares a la romana con patatas fritas  
ADO: MOLUSCOS, GLUTEN, HUEVO  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

<b>21</b>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	799,1	26,55	32,8	99,6

**COMIDA ESPECIAL FIN DE CURSO**

<b>22</b>				
-----------	--	--	--	--