

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	<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"/>
RESPETA AL PERSONAL DEL COMEDOR	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
RESPETA 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

Menú ESCOLAR



Parga y López

Servicio de
alimentación a
colectividades



EMPRESA COLABORADORA CON:



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

Palomeras Bajas MUSULMANES

SEPTIEMBRE 2018

Lunes/Monday

Martes/Tuesday

Miércoles/Wednesday

Jueves/Thursday

Viernes/Friday

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

En cumplimiento del RD 126/2015, disponemos en nuestras cocinas de la información relativa a **ALÉRGENOS**.

ADO: Alérgenos de Declaración Obligatoria

<p>En cumplimiento del RD 126/2015, disponemos en nuestras cocinas de la información relativa a ALÉRGENOS.</p> <p>ADO: Alérgenos de Declaración Obligatoria</p>																																												
				<p>Macarrones con tomate (7) <i>ADO: GLUTEN, HUEVO</i></p> <p>Tortilla de queso con lechuga y tomate <i>ADO: HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS</i></p> <p>Piña en su jugo y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip.</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>639,6</td> <td>21,8</td> <td>20,7</td> <td>91,3</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.	639,6	21,8	20,7	91,3																																
Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.																																									
639,6	21,8	20,7	91,3																																									
<p>Lentejas con verduras (10) <i>ADO: GLUTEN</i></p> <p>Salmón a la plancha con lechuga, tomate y maíz <i>ADO: PESCADO</i></p> <p>Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip.</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>732,6</td> <td>33,25</td> <td>26,6</td> <td>89,9</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.	732,6	33,25	26,6	89,9	<p>Arroz con tomate (11)</p> <p>F. de merluza en salsa verde con guisantes y huevo cocido <i>ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN</i></p> <p>Helado (gluten, soja, lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip.</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>581,8</td> <td>22,1</td> <td>22,7</td> <td>72,7</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.	581,8	22,1	22,7	72,7	<p>Brócoli rehogado (12)</p> <p>Ragú de ternera con patatas dado <i>ADO: APIO</i></p> <p>Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip.</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>695</td> <td>27,45</td> <td>32,9</td> <td>72,4</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.	695	27,45	32,9	72,4	<p>Ensalada de pasta (13) <i>ADO: GLUTEN, HUEVO, PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLLUSCOS</i></p> <p>F. de pollo plancha con patatas</p> <p>Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip.</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>792,1</td> <td>33,95</td> <td>32</td> <td>92,3</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.	792,1	33,95	32	92,3	<p>Garbanzos guisados (14) <i>ADO: GLUTEN</i></p> <p>F. de rape romana con lechuga, maíz y tomate <i>ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN</i></p> <p>Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip.</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>744,6</td> <td>33,75</td> <td>27</td> <td>92,1</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.	744,6	33,75	27	92,1
Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.																																									
732,6	33,25	26,6	89,9																																									
Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.																																									
581,8	22,1	22,7	72,7																																									
Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.																																									
695	27,45	32,9	72,4																																									
Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.																																									
792,1	33,95	32	92,3																																									
Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.																																									
744,6	33,75	27	92,1																																									
<p>Espaguetis con queso (17) <i>ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, HUEVO, GLUTEN</i></p> <p>Tortilla de bonito con ensalada <i>ADO: HUEVO, PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLLUSCOS</i></p> <p>Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip.</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>728</td> <td>28,45</td> <td>27,1</td> <td>92,5</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.	728	28,45	27,1	92,5	<p>Judías blancas guisadas con pimiento y zanahoria (18) <i>ADO: GLUTEN</i></p> <p>Jamoncitos de pollo asados con patatas dado</p> <p>Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip.</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>710</td> <td>34,05</td> <td>18,6</td> <td>101,6</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.	710	34,05	18,6	101,6	<p>Crema de coliflor (19)</p> <p>Ragú de pollo con patatas <i>ADO: APIO</i></p> <p>Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip.</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>773,1</td> <td>28,55</td> <td>31,1</td> <td>94,8</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.	773,1	28,55	31,1	94,8	<p>Paella (20) <i>ADO: CRUSTÁCEOS, PESCADOS, MOLLUSCOS, SULFITOS Y SULFUROSOS</i></p> <p>Bacalao al horno con pisto <i>ADO: PESCADO</i></p> <p>Yogur (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip.</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>561</td> <td>32,3</td> <td>17,4</td> <td>68,9</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.	561	32,3	17,4	68,9	<p>Judías verdes rehogadas (21)</p> <p>Estofado de ternera con patatas dado <i>ADO: APIO</i></p> <p>Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip.</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>788,2</td> <td>33,75</td> <td>36,3</td> <td>81,7</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.	788,2	33,75	36,3	81,7
Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.																																									
728	28,45	27,1	92,5																																									
Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.																																									
710	34,05	18,6	101,6																																									
Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.																																									
773,1	28,55	31,1	94,8																																									
Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.																																									
561	32,3	17,4	68,9																																									
Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.																																									
788,2	33,75	36,3	81,7																																									
<p>Coditos con atún y queso (24) <i>ADO: GLUTEN, HUEVO, PESCADOS, CRUSTÁCEOS, MOLLUSCOS, LÁCTEOS Y DERIVADOS</i></p> <p>Merluza al horno con patatas fritas <i>ADO: PESCADO</i></p> <p>Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip.</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>776</td> <td>36,45</td> <td>21,4</td> <td>109,6</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.	776	36,45	21,4	109,6	<p>Lentejas estofadas (25) <i>ADO: GLUTEN</i></p> <p>Huevos villarroy con lechuga, remolacha y tomate <i>ADO: HUEVO, CRUSTÁCEOS, MOLLUSCOS, PESCADO, APIO, MOSTAZA, SOJA, LÁCTEOS Y DERIVADOS, GLUTEN, SULFITOS</i></p> <p>Melocotón en almibar, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip.</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>859,2</td> <td>30,95</td> <td>35,4</td> <td>104,2</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.	859,2	30,95	35,4	104,2	<p>Puré de verduras con acelgas, zanahoria, puerro y apio (26) <i>ADO: APIO</i></p> <p>Pavo guisado con patatas <i>ADO: APIO</i></p> <p>Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip.</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>744</td> <td>35,55</td> <td>24,8</td> <td>94,3</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.	744	35,55	24,8	94,3	<p>Judías pintas (sin cerdo) (27) <i>ADO: GLUTEN, HUEVO</i></p> <p>F. de limanda romana con lechuga, tomate y zanahoria <i>ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN</i></p> <p>Yogur (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip.</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>649,6</td> <td>32,1</td> <td>24,7</td> <td>74,9</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.	649,6	32,1	24,7	74,9	<p>Arroz con verduras (28)</p> <p>Escalope de pollo empanado y patatas <i>ADO: GLUTEN, HUEVO</i></p> <p>Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip.</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>814</td> <td>30,55</td> <td>33,4</td> <td>97,8</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.	814	30,55	33,4	97,8
Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.																																									
776	36,45	21,4	109,6																																									
Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.																																									
859,2	30,95	35,4	104,2																																									
Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.																																									
744	35,55	24,8	94,3																																									
Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.																																									
649,6	32,1	24,7	74,9																																									
Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.																																									
814	30,55	33,4	97,8																																									