

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 SIN PESCADO

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> Tortilla de jamón con lechuga y tomate <i>ADO: HUEVO, SOJA</i> Piña en su jugo y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>625,6</td> <td>21,1</td> <td>19,6</td> <td>91,1</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	625,6	21,1	19,6	91,1																																
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																									
625,6	21,1	19,6	91,1																																									
<p>Lentejas a la jardinera (10) <i>ADO: SOJA, GLUTEN</i> Chuleta de Sajonia con lechuga, tomate y maíz Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>858,1</td> <td>34,85</td> <td>43,2</td> <td>82,6</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	858,1	34,85	43,2	82,6	<p>Arroz con tomate (11) Ragú de pavo con verduras <i>ADO: APIO</i> Helado (gluten, soja, lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>690,8</td> <td>31,7</td> <td>32,5</td> <td>68,1</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	690,8	31,7	32,5	68,1	<p>Brócoli rehogado (12) Albóndigas en salsa con patatas dado <i>ADO: HUEVO, SOJA, GLUTEN, SULFITOS Y SULFUROSOS</i> Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>654</td> <td>28,55</td> <td>28,8</td> <td>70,4</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	654	28,55	28,8	70,4	<p>Ensalada de pasta (sin atún) (13) <i>ADO: GLUTEN, HUEVO</i> F. de pollo plancha con patatas Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <table border="1"> <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> Escalope de ternera empanado con lechuga, maíz y tomate <i>ADO: HUEVO, GLUTEN</i> Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>761,25</td> <td>34,95</td> <td>37,5</td> <td>71,025</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	761,25	34,95	37,5	71,025
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																									
858,1	34,85	43,2	82,6																																									
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																									
690,8	31,7	32,5	68,1																																									
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																									
654	28,55	28,8	70,4																																									
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																									
792,1	33,95	32	92,3																																									
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																									
761,25	34,95	37,5	71,025																																									
<p>Espaguetis con queso (17) <i>ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, HUEVO, GLUTEN</i> Tortilla de jamón con ensalada <i>ADO: HUEVO, SOJA</i> Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>728</td> <td>28,05</td> <td>27,3</td> <td>92,5</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	728	28,05	27,3	92,5	<p>Judías blancas guisadas con pimiento y zanahoria (18) <i>ADO: GLUTEN</i> Lacón a la gallega con patatas dado Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>737</td> <td>32,05</td> <td>22,9</td> <td>100,9</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	737	32,05	22,9	100,9	<p>Crema de coliflor (19) Ragú de pollo con patatas <i>ADO: APIO</i> Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <table border="1"> <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 de carne (20) Jamonicos de pollo al horno con pisto Yogur (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>588</td> <td>35</td> <td>19,2</td> <td>68,5</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	588	35	19,2	68,5	<p>Judías verdes rehogadas (21) Estofado de ternera con patatas dado <i>ADO: APIO</i> Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <table border="1"> <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	28,05	27,3	92,5																																									
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																									
737	32,05	22,9	100,9																																									
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																									
773,1	28,55	31,1	94,8																																									
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																									
588	35	19,2	68,5																																									
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																									
788,2	33,75	36,3	81,7																																									
<p>Coditos con beicon y queso (24) <i>ADO: GLUTEN, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS</i> Ternera asada con patatas fritas Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>830,25</td> <td>24,45</td> <td>42,3</td> <td>88,025</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	830,25	24,45	42,3	88,025	<p>Lentejas estofadas (25) <i>ADO: GLUTEN</i> Tortilla de patatas con lechuga, remolacha y tomate <i>ADO: HUEVO</i> Melocotón en almibar, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>760,6</td> <td>31,25</td> <td>27,7</td> <td>96,5</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	760,6	31,25	27,7	96,5	<p>Puré de verduras con acelgas, zanahoria, puerro y apio (26) <i>ADO: APIO</i> Pavo guisado con patatas <i>ADO: APIO</i> Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <table border="1"> <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 (27) <i>ADO: GLUTEN, HUEVO</i> F. de pollo empanado con lechuga, tomate y zanahoria <i>ADO: HUEVO, GLUTEN</i> Yogur (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>730</td> <td>34,2</td> <td>30,5</td> <td>79,4</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	730	34,2	30,5	79,4	<p>Arroz con verduras (28) F. rusos con tomate y patatas <i>ADO: SOJA, SULFITOS Y SULFUROSOS</i> Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>856,2</td> <td>28,15</td> <td>33,5</td> <td>110,5</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	856,2	28,15	33,5	110,5
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																									
830,25	24,45	42,3	88,025																																									
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																									
760,6	31,25	27,7	96,5																																									
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																									
744	35,55	24,8	94,3																																									
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																									
730	34,2	30,5	79,4																																									
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																									
856,2	28,15	33,5	110,5																																									