

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



ENERO / January 2019

Lunes/Monday

Martes/Tuesday

Miércoles/Wednesday

Jueves/Thursday

Viernes/Friday

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



30 ENERO

“Menú especial día de la Paz”

“Cocinado con 2 kilos de abrazos, 3 kilos de amor y 2 litros de sonrisas, mezclamos todo con cariño y servimos todos los días”

Lentejas estofadas (108)
 ADO: GLUTEN
Croquetas de pollo con lechuga, tomate y aceitunas
 ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, GLUTEN, APIO
Fruta en almibar y pan
 (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
711	21	17	118

Espaguetis con tomate (09)
 ADO: GLUTEN, HUEVO
Tortilla de calabacín con lechuga y tomate
 ADO:HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan
 (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
662	23	22	93

Brócoli con mayonesa (10)
 ADO: HUEVO
F. pollo empanado con patatas fritas
Yogur (lácteos y derivados) y pan
 (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
662	34	36	51

Potaje castellano con espinacas (sin chorizo) (11)
 ADO: HUEVO, GLUTEN
Merluza rebozada con lechuga, tomate y maíz
 ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan
 (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
851	41	33	98

Macarrones con queso (14)
 ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, HUEVO, GLUTEN
F. de limanda enharinado con lechuga, tomate, zanahoria
 ADO: PESCADO, GLUTEN
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan
 (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
776	33	27	101

Arroz con verduras (15)
Escalope de pollo empanado con patatas al vapor
 ADO: GLUTEN, HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan
 (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
768	29	26	104

Crema de champiñones (16)
Ragú de pavo con patatas dado
Yogur (lácteos y derivados) y pan
 (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
853	43	35	89

Sopa de cocido con fideos (17)
 ADO: GLUTEN, HUEVO
Cocido completo, ternera, repollo, pollo (sin chorizo, sin morcilla)
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan
 (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
623	24	15	99

Patatas con bonito y arroz (18)
 ADO: PESCADO
Tortilla francesa con lechuga, tomate y maíz
 ADO: HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan
 (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
758	32	23	84

Judías verdes portuguesa (21)
Filete de ternera con arroz
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan
 (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
647	28	24	81

Arroz con tomate (22)
Bacalao con pisto
 ADO: PESCADO, GLUTEN, HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan
 (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
671	30	24	84

Puré de verduras frescas (23)
Jamoncitos de pollo con patatas fritas
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan
 (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
845	52	29	93

Lentejas con verduras (24)
 ADO: GLUTEN
Huevos villarroy con ensalada
 ADO: HUEVO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS, PESCADO, APIO, MOS-TAZA, SOJA, LÁCTEOS Y DERIVADOS, GLUTEN, SULFITOS
Yogur (lácteos y derivados) y pan
 (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
782	31	35	86

Coditos con tomate (25)
 ADO: GLUTEN, HUEVO
F. de limanda rebozada con lechuga, tomate y zanahoria
 ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan
 (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
728	30	23	100

Espaguetis gratinados con queso (sin chorizo) (28)
 ADO: HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, GLUTEN
Merluza en salsa con guisantes
 ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan
 (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
881	41	35	101

Judías blancas estofadas (29)
 ADO: GLUTEN, HUEVO
Tortilla de calabacín con lechuga, tomate y maíz
 ADO:HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan
 (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
657	25	24	86

Sopa de picadillo con huevo (sin jamón) (30)
 ADO: HUEVO, APIO, GLUTEN
Escalope de pollo empanado con lechuga, tomate natural y maíz
 ADO: HUEVO, GLUTEN
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan
 (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
660	28	29	72

Puré de coliflor (31)
Estofado de ternera con patatas dado
 ADO: APIO
Yogur (lácteos y derivados) y pan
 (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
806	33	39	82

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