

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



MARZO 2019

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 **ALÉRGICOS**.
ADO: Alérgenos de Declaración Obligatoria



Este mes celebramos el **Carnaval**

1

NO LECTIVO

NO LECTIVO

4

Macarrones con tomate y queso

ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, HUEVO, GLUTEN

Tortilla francesa con lechuga, maíz y tomate

ADO: HUEVO

Piña en su jugo y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
612	16	21	85

5

Paella

ADO: CRUSTÁCEOS, PESCADOS, MOLUSCOS, SULFITOS Y SULFUROSOS

Merluza rebozada con lechuga, tomate y cebolla

ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN

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

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
755	34	29	90

6

Brócoli con mayonesa

ADO: HUEVO

Albóndigas de pescado en salsa con patatas dado

ADO: PESCADO, GLUTEN, MOLUSCOS, LÁCTEOS Y DERIVADOS, HUEVO

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

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
531	32	33	54

7

8

Garbanzos con verduras

ADO: GLUTEN

F. de pollo plancha con champiñón al ajillo

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

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
844	52	29	93

Espaguetis al ajillo

ADO: GLUTEN, HUEVO

Limanda rebozada con patatas al horno

ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN

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

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
897	35	33	116

11

Lentejas con verduras

ADO: GLUTEN

Huevos villarroy con lechuga, tomate y zanahoria

ADO: HUEVO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS, PESCADO, APIO, MOSTAZA, SOJA, LÁCTEOS Y DERIVADOS, GLUTEN, SULFITOS

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

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
735	30	27	92

12

Puré de zanahorias, acelgas y apio

ADO: APIO

Ragú de ternera guisado con patatas dado

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

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
675	25	26	85

13

Sopa de fideos

ADO: GLUTEN, HUEVO,

Cocido completo con ternera, repollo y pollo

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

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
570	20	15	93

14

15

Judías verdes rehogadas

Bacalao con tomate y patatas bastón

ADO: PESCADO, GLUTEN

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

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
610	28	26	66

Espirales con queso y tomate

ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, HUEVO, GLUTEN

Pollo al horno con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria

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

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
720	32	29	85

18

Alubias blancas estofadas

ADO: GLUTEN, HUEVO

Tortilla de calabacín con rodaja de tomate natural

ADO: HUEVO

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

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
589	22	20	82

19

Paella mixta de pollo y pescado

ADO: CRUSTÁCEOS, PESCADOS, MOLUSCOS, SULFITOS Y SULFUROSOS

Merluza en salsa verde

ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN

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

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
769	34	29	93

20

Puré de verduras

Pavo guisado con patatas

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

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
828	45	37	78

21

22

Patatas con bonito

ADO: PESCADO

Filete de ternera con tomate y ensalada de lechuga, maíz y aceitunas

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

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
777	29	33	91

Fideuá

Pavo plancha con lechuga, tomate y zanahoria

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

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
750	23	41	69

25

Lentejas con zanahoria y pimiento

ADO: GLUTEN

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.
702	35	19	98

26

Crema de coliflor

Jamonicos de pollo asados con patatas

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

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
740	34	36	69

27

Espaguetis con tomate

ADO: GLUTEN, HUEVO

Salmón en salsa con patatas

ADO: PESCADO

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

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
741	31	24	99

28

29

Sopa de fideos

ADO: GLUTEN, HUEVO,

Cocido madrileño con ternera

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

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
556	22	15	85