

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 CELÍACOS

MAYO 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 **ALÉRGENOS**.
ADO: Alérgenos de Declaración Obligatoria

FIESTA

FIESTA

NO LECTIVO

Macarrones (pasta sin gluten) horneados con queso y tomate
ADO: SOJA, LÁCTEOS Y DERIVADOS
 Lacon a la gallega con lechuga, tomate y maíz
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Brócoli con mayonesa
ADO: HUEVO
 Estofado de ternera con patatas
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Marmitako de bonito
ADO: PESCADO
 F. rusos con pisto
ADO: SOJA, SULFITOS Y SULFUROSOS
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Lentejas ecológicas estofadas con verduras y chorizo
ADO: SOJA
 Merluza a la plancha con ensalada
ADO: PESCADO
 Yogur (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Puré de verduras frescas
 F. de pollo plancha y arroz rehogado con champiñón
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
797	36	31	95

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
671	27	35	63

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
763	31	36	79

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
554	32	22	57

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
675	33	18	96

Arroz integral con tomate
 F. de rape al horno con lechuga, tomate y maíz
ADO: PESCADO
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Sopa de cocido (pasta sin gluten)
ADO: SOJA
 Cocido completo con ternera, pollo, chorizo, repollo
ADO: SOJA
 Helado sin gluten (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)



SAN ISIDRO

Espaguetis con tomate y chorizo (pasta sin gluten)
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA
 Tortilla de atún con lechuga, tomate y cebolla
ADO: HUEVO, PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Judías verdes rehogadas con patata
 Pollo guisado con arroz y zanahoria
ADO: APIO
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
601	28	21	75

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
611	23	20	87

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
859	31	40	95

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
649	29	24	80

Ensalada de pasta con atún, cebolla, maíz (pasta sin gluten) y mayonesa
ADO: SOJA, PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS, HUEVO
 F. ternera con lechuga, tomate y remolacha
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Crema de verduras con zanahoria, calabacín, puerro
 Bacalao al horno con tomate
ADO: PESCADO
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Arroz caldoso con verduras y calamares
ADO: MOLUSCOS
 Limanda con lechuga, tomate y aceitunas
ADO: PESCADO
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Lentejas estofadas con verduras
 Tortilla de patatas con tomate natural en rodajas
ADO: HUEVO
 Yogur (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Brócoli con mayonesa
ADO: HUEVO
 F. de pollo plancha con patatas dado
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
718	32	32	76

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
562	25	14	84

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
654	31	22	84

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
690	31	27	80

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
739	34	36	69

Ensalada de arroz, bonito, tomate y maíz
ADO: PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS, HUEVO
 Merluza horno sobre cama de patatas panaderas
ADO: PESCADO
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Crema de calabacín
 Ragú de ternera estofado con verduras
 Natillas (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Patatas con calamares
ADO: MOLUSCOS
 Huevos villaroy
ADO: HUEVO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS, PESCADO, APIO, MOSTAZA, SOJA, LÁCTEOS Y DERIVADOS, GLUTEN, SULFITOS
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Judías blancas ecológicas estofadas
ADO: HUEVO
 Salmón plancha con mayonesa y ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
ADO: PESCADO, HUEVO
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Coliflor rehogada
 Chuletas riojana con patatas bastón
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
718	26	26	94

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
810	35	29	88

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
817	23	37	97

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
699	39	27	75

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
622	24	53	13