

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

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 integrales horneados con queso y tomate
ADO: GLUTEN, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS
CROQUETAS con lechuga, tomate y maíz
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, GLUTEN, APIO
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

BRÓCOLI con mayonesa
ADO: HUEVO
ESTOFADO de ternera con patatas
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

MARMITAKO de bonito
ADO: PESCADO
PISTO con huevo
ADO: HUEVO
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

LENTEJAS ecológicas estofadas con verduras
ADO: GLUTEN
MERLUZA rebozada con ensalada
ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN
YOGUR (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

PURÉ de verduras frescas
F. de pollo plancha y arroz rehogado con champiñón
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
702	25	15	116

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

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

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
784	41	32	84

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

ARROZ integral con tomate
F. de rape horno con lechuga, tomate y maíz
ADO: PESCADO
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

SOPA de Fideos
ADO: GLUTEN, HUEVO
COCIDO completo con ternera, pollo, repollo
HELADO (lácteos y derivados, gluten, soja) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)



ESPAGUETIS con tomate
ADO: GLUTEN, HUEVO
TORTILLA de atún con lechuga, tomate y cebolla
ADO: HUEVO, PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

JUDÍAS verdes rehogadas con patata
POLLO guisado con arroz y zanahoria
ADO: APIO
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

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 y mayonesa
ADO: GLUTEN, HUEVO, PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS
ESCALOPINES de ternera a la madrileña con lechuga, tomate y remolacha
ADO: GLUTEN, HUEVO
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

CREMA de verduras con zanahoria, calabacín, puerro
BACALAO al horno con tomate
ADO: PESCADO, GLUTEN
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

ARROZ caldoso con verduras y calamares
ADO: MOLUSCOS
LIMANDA con lechuga, tomate y aceitunas
ADO: PESCADO
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

LENTEJAS estofadas con verduras
ADO: GLUTEN
TORTILLA de patatas con tomate natural en rodajas
ADO: HUEVO
YOGUR (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

BRÓCOLI con mayonesa
ADO: HUEVO
F. de pollo plancha con patatas dado
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
830	35	37	89

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 patatas panaderas
ADO: PESCADO
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

CREMA de calabacín
RAGÚ de ternera estofado con verduras
NATILLAS (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

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 integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

JUDÍAS blancas ecológicas estofadas
ADO: GLUTEN, HUEVO
SALMÓN plancha con mayonesa y ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
ADO: PESCADO, HUEVO
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

COLIFLOR al horno con bechamel
ADO: GLUTEN, LÁCTEOS Y DERIVADOS
CHULETAS de pavo con patatas bastón
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

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.
563	35	17	66

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
926	28	67	53