

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 HUEVO

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

FIESTA

FIESTA

NO LECTIVO

Macarrones (pasta sin huevo) 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 (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Brócoli rehogado
 Estofado de ternera con patatas
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Marmitako de bonito
ADO: PESCADO
 F. rusos con pisto
ADO: SOJA, SULFITOS Y SULFUROSOS
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Lentejas ecológicas estofadas con verduras y chorizo
ADO: SOJA, GLUTEN
 Merluza a la plancha con ensalada
ADO: PESCADO
 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.
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 horno con lechuga, tomate y maíz
ADO: PESCADO
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

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



SAN ISIDRO

Espaguetis con tomate y chorizo (pasta sin huevo)
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA
 Atún a la plancha con lechuga, tomate y cebolla
ADO: PESCADO
 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 (pasta sin huevo)
ADO: SOJA, PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS
 F. ternera con lechuga, tomate y remolacha
 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
 F. pavo plancha con tomate natural en rodajas
 Yogur (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Brócoli rehogados
 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.
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.
783	44	35	74

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
751	29	30	91

Ensalada de arroz, bonito, tomate y maíz
ADO: PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS
 Merluza horno sobre cama de 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
 Helado (lácteos y derivados, gluten, soja) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Patatas con calamares
ADO: MOLUSCOS
 Pavo a la plancha con tomate natural en rodajas
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Judías blancas ecológicas estofadas
ADO: GLUTEN
 Salmón plancha y ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
ADO: PESCADO
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Coliflor al horno con bechamel
ADO: GLUTEN, LÁCTEOS Y DERIVADOS
 Chuletas riojana 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.
805	44	24	104

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

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
938	30	81	23