

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 PROT/LACTOSA



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

6
Macarrones integrales horneados con tomate
ADO: GLUTEN, HUEVO
Lacón a la gallega con lechuga, tomate y maíz
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
657	28	21	89

7
Brócoli con mayonesa
ADO: HUEVO
Estofado de ternera con patatas
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
783	28	39	80

8
Marmitako de bonito
ADO: PESCADO
F. rusos con pisto
ADO: SOJA, SULFITOS Y SULFUROSOS
Fruta y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

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

9
Lentejas ecológicas estofadas con verduras y chorizo
ADO: SOJA, GLUTEN
Merluza rebozada con ensalada
ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN
Yogur de soja (soja) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

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

10
Puré de verduras frescas
F. de pollo plancha y arroz rehogado con champiñón
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

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

13
Arroz integral con tomate
F. de rape horno con lechuga, tomate y maíz
ADO: PESCADO
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

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

14
Sopa de cocido
ADO: GLUTEN, HUEVO, SOJA
Cocido completo con ternera, pollo, chorizo, repollo
ADO: SOJA
Yogur de soja (soja) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

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

15

SAN ISIDRO

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.

16
Espaguetis con tomate
ADO: GLUTEN, HUEVO
Tortilla de atún con lechuga, tomate y cebolla
ADO: HUEVO, PESCADO, CRUSTACEOS, MOLUSCOS
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
686	26	24	92

17
Judías verdes rehogadas con patata
Pollo guisado con arroz y zanahoria
ADO: APIO
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

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

20
Ensalada de pasta con atún, cebolla, maíz y mayonesa
ADO: GLUTEN, HUEVO, PESCADO, CRUSTACEOS, MOLUSCOS
Escalopines a la madrileña con lechuga, tomate y remolacha
ADO: GLUTEN, HUEVO
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

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

21
Crema de verduras con zanahoria, calabacín, puerro
Bacalao al horno con tomate
ADO: PESCADO, GLUTEN
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

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

22
Arroz caldoso con verduras y calamares
ADO: MOLUSCOS
Limada con lechuga, tomate y aceitunas
ADO: PESCADO
Fruta y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

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

23
Lentejas estofadas con verduras
ADO: GLUTEN
Tortilla de patatas con tomate natural en rodajas
ADO: HUEVO
Yogur de soja (soja) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

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

24
Brócoli con mayonesa
ADO: HUEVO
F. de pollo plancha con patatas dado
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

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

27
Ensalada de arroz, bonito, tomate y maíz
ADO: PESCADO, CRUSTACEOS, MOLUSCOS, HUEVO
Merluza horno sobre cama de patatas panaderas
ADO: PESCADO
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

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

28
Crema de calabacín
Ragú de ternera estofado con verduras
Yogur de soja (soja) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

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

29
Patatas con calamares
ADO: MOLUSCOS
Tortilla francesa con calabacín
ADO: HUEVO
Fruta y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
765	30	25	104

30
Judías blancas ecológicas estofadas
ADO: GLUTEN, HUEVO
Salmón plancha con mayonesa y ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
ADO: PESCADO, HUEVO
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

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

31
Coliflor rehogada
Chuletas riojana con patatas bastón
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

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