

# 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](http://www.pargaylopez.com)

# Menú ESCOLAR

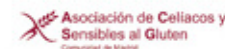


**Parga y López**

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](mailto:info@pargaylopez.com) • [www.pargaylopez.com](http://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

**Macarrones con chorizo y tomate (pasta sin gluten)** **3**  
*ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA*  
**Merluza al horno con huevo y guisantes**  
*ADO: PESCADO, HUEVO*  
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
728	32	22	100

**Lentejas ecológicas estofadas con verduras** **4**  
**Tortilla española con lechuga, tomate y maíz**  
*ADO: HUEVO*  
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
761	31	28	97

**Sopa con fideos (pasta sin gluten)** **5**  
*ADO: SOJA*  
**Magro con tomate, patata, pimiento, cebolla**  
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
655	24	36	59

**Brócoli rehogado con mayonesa** **6**  
*ADO: HUEVO*  
**F. pollo plancha con patatas panadera**  
**Yogur (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)**

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
662	34	36	51

**Patatas guisadas a la riojana** **7**  
*ADO: SOJA*  
**Bacalao horno con pisto**  
*ADO: PESCADO*  
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
764	36	24	101

**Macarrones con tomate (pasta sin gluten)** **10**  
*ADO: SOJA*  
**Limanda a la plancha con verduritas hervidas**  
*ADO: PESCADO*  
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
728	40	24	88

**Judías verdes con tomate** **11**  
**Chuleta sajonia plancha con patatas fritas**  
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
857	28	49	76

**Paella valenciana** **12**  
*ADO: CRUSTÁCEOS, PESCADOS, MOLUSCOS, SULFITOS Y SULFUROSOS*  
**Tortilla de jamón con calabacín a la plancha**  
*ADO: HUEVO, SOJA*  
**Helado (sin gluten) (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)**

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
654	25	30	72

**Crema de zanahorias** **13**  
*ADO: APIO*  
**Ternera guisada con verduras y patatas dado**  
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
807	26	36	95

**Potaje castellano con huevo, chorizo** **14**  
*ADO: HUEVO, SOJA*  
**Bacalao a la plancha con lechuga, tomate y maíz**  
*ADO: PESCADO*  
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
710	41	26	79

**Fideuá marinera (pasta sin gluten)** **17**  
*ADO: SOJA, CRUSTÁCEOS, PESCADO, MOLUSCOS, SULFITOS Y SULFUROSOS*  
**Merluza enharinada con lechuga, tomate y remolacha (maicena)**  
*ADO: PESCADO*  
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
820	40	30	99

**Crema de champiñón** **18**  
**Hamburguesa con verduras y patatas dado**  
*ADO: SOJA*  
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
831	28	36	99

**Arroz integral rehogado con tomate** **19**  
**Lacón a la gallega con patatas al vapor**  
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
788	25	36	92

**Lentejas ecológicas guisadas con verduras y chorizo** **20**  
*ADO: SOJA*  
**Pollo al horno con huevo y patatas**  
*ADO: HUEVO*  
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
613	23	26	73

**COMIDA ESPECIAL FIN DE CURSO** **21**



*5 de Junio*  
**Día del Medio Ambiente**

