

# Sugerencias para la cena

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SOPA DE ESTRELLAS ALITAS DE POLLO CON ENSALADA YOGUR	GUISANTES CON JAMÓN CINTA DE LOMO CON PURÉ DE PATATAS YOGUR	CREMA DE CALABAZA HUEVOS RELLENOS CON ENSALADA YOGUR	ENSALADA CAMPERA CROQUETAS DE JAMÓN FRUTA	JUDIAS VERDES CON TOMATE HAMBURGUESA A LA PLANCHA CON PATATAS YOGUR
PISTO MANCHEGO CON HUEVOS YOGUR	SOPA CASTELLANA GALLO A LA PLANCHA CON ENSALADA YOGUR	ACELGAS CON PATATAS CHULETA DE SAJONIA CON CALABACÍN REBOZADO FRUTA	ENSALADA MURCIANA VARITAS DE MERLUZA YOGUR	MENESTRA DE VERDURAS JAMONCITOS DE POLLO CON PURÉ DE PATATAS YOGUR
REPOLLO AJOARRIERO MAGRO CON TOMATE YOGUR	SOPA DE FIDEOS BONITO ENCEBOLLADO YOGUR	CREMA DE CALABACÍN TORTILA DE PATATAS CON ENSALADA YOGUR	HABAS CON JAMÓN BOQUERONES CON PIMIENTOS YOGUR	COMIDA ESPECIAL FIN DE CURSO

## 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:



Asociación de Celiacos y  
Sensibles al Gluten  
Comunidad de Madrid

C/ Flora Tristán 10 - 28919 Leganés (MADRID)  
Telf.: 91 478 42 39 / Fax: 91 478 94 63  
info@pargaylopez.com • [www.pargaylopez.com](http://www.pargaylopez.com)

**PALOMERAS BAJAS**

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 integrales con chorizo y tomate**   
*ADO: GLUTEN, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA*  
**Merluza en salsa verde con huevo y guisantes**  
*ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN*  
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)


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

**Lentejas ecológicas estofadas con verduras**   
*ADO: GLUTEN*  
**Tortilla española con lechuga, tomate y maíz**  
*ADO: HUEVO*  
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)


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

**Sopa con fideos**   
*ADO: GLUTEN, HUEVO*  
**Magro con tomate, patata, pimiento, cebolla**  
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)


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

**Brócoli rehogado con mayonesa**   
*ADO: HUEVO*  
**F. pollo plancha con patatas panadera**  
 Yogur (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)


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

**Patatas guisadas a la riojana**   
*ADO: SOJA*  
**Bacalao horno con pisto**  
*ADO: PESCADO*  
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)


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

**Lasaña**   
*ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, GLUTEN, APIO*  
**Limanda romana con verduritas hervidas**  
*ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN*  
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)


Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
849	38	28	112

**Judías verdes con tomate**   
**Chuleta sajonia plancha con patatas fritas**  
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)


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

**Paella valenciana**   
*ADO: CRUSTÁCEOS, PESCADOS, MOLUSCOS, SULFITOS Y SULFUROSOS*  
**Tortilla de jamón con calabacín a la plancha**  
*ADO: HUEVO, SOJA*  
 Helado (lácteos y derivados, gluten, soja) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)


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

**Crema de zanahorias**   
*ADO: APIO*  
**Ragú de pavo con verduras y patatas dado**  
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)


Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
905	45	38	96

**Potaje castellano con huevo, chorizo**   
*ADO: HUEVO, GLUTEN, SOJA*  
**Bacalao orly con lechuga, tomate y maíz**  
*ADO: PESCADO, GLUTEN, HUEVO*  
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)


Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
840	41	32	97

**Fideuá marinera**   
*ADO: GLUTEN, HUEVO, CRUSTÁCEOS, PESCADO, MOLUSCOS, SULFITOS Y SULFUROSOS*  
**Merluza enharinada con lechuga, tomate y remolacha**  
*ADO: PESCADO, GLUTEN*  
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)


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

**Crema de champiñón**   
**Albóndigas guisadas con verduras y patatas dado**  
*ADO: GLUTEN, HUEVO, SOJA, SULFITOS Y SULFUROSOS*  
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
846	31	31	111

**Arroz integral rehogado con tomate**   
**Lacon a la gallega con patatas al vapor**  
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

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

**Lentejas ecológicas guisadas con verduras y chorizo**   
*ADO: SOJA, GLUTEN*  
**Pollo en pepitoria con huevo y patatas**  
*ADO: GLUTEN, HUEVO, FRUTOS SECOS*  
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
840	53	32	85

COMIDA ESPECIAL FIN DE CURSO



5 de Junio  
 Día del Medio Ambiente

