

Sugerencias para la cena

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES

Informe del Servicio del Comedor Escolar

Alumno/a:	Nivel:		
NORMAS	SI	NO	A VECES
SE LAVA LAS MANOS ANTES DE COMER			
SE SITUÁ CORRECTAMENTE EN LAS ENTRADAS Y SALIDAS			
SE COMPORTA CON CORRECCIÓN EN LA MESA			
COME BIEN HABITUALMENTE	1º PLATO		
	2º PLATO		
	POSTRE		
HABLA CON TONO MODERADO			
CUIDA EL MENAJE, MOBILIARIO, JUEGOS			
RESPEA AL PERSONAL DEL COMEDOR			
RESPEA A SUS COMPAÑEROS			
PARTICIPA EN TALLERES/JUEGOS			

Menú ESCOLAR



Parga y López

Servicio de
alimentación a
colectividades



EMPRESA
CERTIFICADA CON



UNHCR
ACNUR



Asociación de Colegios y
Servicios al Estado

Monitor:

Fecha técnica de pedido contactar en:
www.pargaylopez.com

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

Palomeras Bajas SIN PESCADO

OCTUBRE 2019

Lunes/Monday

Martes/Tuesday

Miércoles/Wednesday

Jueves/Thursday

Viernes/Friday

En cumplimiento del RD 126/2015, disponemos en nuestras cocinas de la información relativa a **ALERGENOS**.

ADO: Alérgenos de Declaración Obligatoria

Lentejas guisadas ECO con chorizo y verduras **DA1**
 ALÉRGENO: SOJA, GLUTEN
 tortilla patata y calabacín con lechuga, tomate y maíz
 ALÉRGENO: HUEVO
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
801	33	34	91

Judías verdes rehogadas **DA2**
 Pollo guisado con arroz y zanahoria
 ALÉRGENO: APIO
 Helado (lácteos y derivados, gluten, soja) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
595	26	24	70

Espaguetis con tomate **DA3**
 ALÉRGENO: GLUTEN, HUEVO
 Pechuga de pollo a la plancha con lechuga, tomate y maíz
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
661	31	19	92

Puré de verduras frescas **DA4**
 Albóndigas en salsa con patatas dado
 ALÉRGENO: GLUTEN, HUEVO, SOJA, SULFITOS Y SULFUROSOS
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
896	30	37	112

Ensalada de pasta (sin atún) **DA7**
 ALÉRGENO: GLUTEN, HUEVO
 Pechuga de pavo con pisto
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
654	38	23	73

Puré de zanahoria **DA8**
 ALÉRGENO: APIO
 Estofado de ternera con verduras y patata
 ALÉRGENO: APIO
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
782	34	28	99

Arroz con tomate **DA9**
 Tortilla paisana con lechuga. Maíz, aceitunas
 ALÉRGENO: HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
675	20	31	79

Brócoli rehogado **DA10**
 Hamburguesa pollo fresca plancha con patatas al horno
 ALÉRGENO: SOJA, APIO, SULFITOS Y SULFUROSOS
 Yogur (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
510	28	22	51

Alubias blancas con chorizo **DA11**
 ALÉRGENO: SOJA, GLUTEN
 Cinta de lomo plancha con lechuga, tomate y maíz
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
814	34	40	80

Espaguetis INT con tomate y queso **DA14**
 ALÉRGENO: GLUTEN, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS
 Tortilla de calabacín
 ALÉRGENO: HUEVO
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
740	30	27	95

Sopa de cocido con fideos **DA15**
 ALÉRGENO: GLUTEN, HUEVO, SOJA
 Cocido completo, ternera, pollo, chorizo
 ALÉRGENO: SOJA
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
623	24	15	99

Puré de verduras **DA16**
 Ragú de pavo guisado con zanahoria y patatas dado
 Yogur (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
566	32	22	60

Judías pintas ECO estofadas **DA17**
 ALÉRGENO: GLUTEN, HUEVO
 Pollo al horno con tomate y lechuga, maíz, aceitunas
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
693	39	22	85

Patatas guisadas con arroz **DA18**
 Tortilla de jamón con ensalada
 ALÉRGENO: HUEVO, SOJA
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
691	21	29	88

Lentejas con verduras **DA21**
 ALÉRGENO: GLUTEN
 Huevos bechamel con lechuga, tomate y aceitunas
 ALÉRGENO: HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, GLUTEN
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
735	30	27	92

Crema de coliflor **DA22**
 Chuleta sajonia plancha con patatas
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
678	25	23	94

Macarrones INT con carne y tomate **DA23**
 ALÉRGENO: GLUTEN, HUEVO
 Ragout de ternera con verduras patatas dado
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
742	31	24	102

Guisantes rehogados con jamón **DA24**
 ALÉRGENO: LÁCTEOS Y DERIVADOS
 Jamoncitos de pollo asados con champiñón rehogado
 Natillas (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
774	59	23	68

Arroz con verduras **DA25**
 Brochetas de pavo con lechuga y tomate
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
701	33	25	86

Judías verdes con tomate **DA28**
 Filete de ternera con patatas panadera
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
541	26	23	58

Sopa de cocido **DA29**
 ALÉRGENO: GLUTEN, HUEVO, SOJA
 Cocido madrileño con patata, repollo y ternera
 ALÉRGENO: SOJA
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
665	26	19	98

Puré de calabaza **DA30**
 Albóndigas de pollo con verduras
 ALÉRGENO: GLUTEN, HUEVO, SOJA, SULFITOS Y SULFUROSOS
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
564	26	19	74

NO LECTIVO

--	--	--	--

