

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 SITUa CORRECTAMENTE EN LAS ENTRADAS Y SALIDAS			
SE COMPORTA CON CORRECCIóN EN LA MESA			
COME BEN HABITUALMENTE			
	1º PLATO		
	2º PLATO		
	POSTRE		
HABLA CON TONO MODERADO			
CUDA EL MENAJE, MOBILIARIO, JUEGOS			
RESPEA AL PERSONAL DEL COMEDOR			
RESPEA A SUS COMPAÑEROS			
PARTICIPA EN TALLERES/JUEGOS			

Monitor:

Fecha técnica de primer contacto en:
www.pargaylopez.com

Menú ESCOLAR



Parga y López

Servicio de
alimentación a
colectividades



EMPRESA
CERTIFICADA CON



Asociación de Colegios y
Servicios al Estado

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

Arroz blanco con tomate
Merluza rebozada con lechuga, tomate y maíz (harina de maíz)
ALÉRGENO: PESCADO, HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

2

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
684	25	28	83

Lentejas ecológicas guisadas con zanahoria, chorizo, pimiento (harina de maíz)
Tortilla de patata con lechuga, maíz y aceitunas
ALÉRGENO: HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

3

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

Puré de verduras frescas, patata, acelgas, puerro, zanahoria
F. pollo plancha con patatas al horno
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

4

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
654	33	17	91

Sopa de cocido con fideos (pasta sin gluten)
ALÉRGENO: SOJA
Cocido completo, ternera, pollo, repollo, chorizo
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

5

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

FESTIVO

6

FESTIVO

9

Macarrones con tomate (pasta sin gluten)
ALÉRGENO: SOJA
Lomo fresco a la plancha con ensalada
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

10

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
841	29	39	92

Alubias blancas estofadas con verduras y chorizo (harina de maíz)
Tortilla de calabacín con tomate natural en rodajas
ALÉRGENO: HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

11

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
792	34	30	96

Brócoli rehogado con mayonesa
ALÉRGENO: HUEVO
Ragú de ternera guisado con patatas dado
Yogur (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

12

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
593	27	34	45

Crema de calabaza
Pavo guisado con verduras
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

13

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
629	41	26	59

Judías verdes rehogadas
Lacón gallega con patatas al vapor
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

16

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
583	25	25	64

Lentejas ecológicas guisadas con arroz (harina de maíz)
Merluza en salsa verde con huevo duro y guisantes (harina de maíz)
ALÉRGENO: PESCADO, HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

17

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
784	37	20	114

Puré de verduras frescas, patata, puerro, acelgas, zanahoria
Tortilla de patatas con ensalada
ALÉRGENO: HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

18

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
666	21	28	83

Sopa de cocido con fideos (pasta sin gluten)
ALÉRGENO: SOJA
Cocido completo, ternera, repollo, chorizo, pollo
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

19

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

COMIDA ESPECIAL NAVIDAD

20

Vacaciones



de Navidad