

## 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 plaza contactar en:  
[www.pargaylopez.com](http://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](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

Arroz blanco con tomate **2**  
Merluza rebozada con lechuga, tomate y maíz  
*ALÉRGENO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN*  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)

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

Lentejas ecológicas guisadas con zanahoria, pimiento (sin chorizo) **3**  
*ALÉRGENO: GLUTEN*  
Tortilla de patata con lechuga, maíz y aceitunas  
*ALÉRGENO:HUEVO*  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)

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

Puré de verduras frescas, patata, acelgas, puerro, zanahoria **4**  
F. pollo plancha con patatas al horno  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sésamo)

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

Sopa de fideos **5**  
*ALÉRGENO: GLUTEN, HUEVO*  
Morcillo guisado con verduras  
*ALÉRGENOS: APIO*  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
532	29	26	46

**FESTIVO** **6**

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.

**FESTIVO** **9**

Macarrones integrales gratinados con queso y tomate (sin chorizo) **10**  
*ALÉRGENO: HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, GLUTEN*  
Croquetas de bacalao con ensalada  
*ALÉRGENO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, GLUTEN, PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS, APIO*  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
825	27	53	61

Alubias blancas estofadas con verduras (sin chorizo) **11**  
*ALÉRGENO: GLUTEN*  
Tortilla de calabacín con tomate natural en rodajas  
*ALÉRGENO:HUEVO*  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sésamo)

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

Brócoli rehogado con mayonesa **12**  
*ALÉRGENO: HUEVO*  
Ragú de ternera guisado con patatas dado  
Yogur (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)

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

Crema de calabaza **13**  
Pavo guisado con verduras  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)

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

Judías verdes rehogadas **16**  
Ternera con patatas al vapor  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
555	24	19	74

Lentejas ecológicas guisadas con arroz (sin chorizo) **17**  
*ALÉRGENO: GLUTEN*  
Merluza en salsa verde con huevo duro y guisantes  
*ALÉRGENO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN*  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)

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

Puré de verduras frescas, patata, puerro, acelgas, zanahoria **18**  
Huevos villaroy con ensalada  
*ALÉRGENO: HUEVO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS, PESCADO, APIO, MOSTAZA, SOJA, LÁCTEOS Y DERIVADOS, GLUTEN, SULFITOS*  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
758	20	35	89

Sopa de fideos **19**  
*ALÉRGENO: GLUTEN, HUEVO*  
Garbanzos guisados con verduras  
*ALÉRGENO: GLUTEN*  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
561	22	10	97

**COMIDA ESPECIAL NAVIDAD** **20**

Vacaciones



de Navidad