

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 BEN 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			

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

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

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

3
Espinacas rehogadas con jamón
Tortilla de patata con lechuga, maíz y aceitunas
ALÉRGENO: HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
616	22	30	65

4
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)

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

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

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

6
FESTIVO

--	--	--	--

9
FESTIVO

--	--	--	--

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

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

11
Patatas guisadas con verduras
Tortilla de calabacín con tomate natural en rodajas
ALÉRGENO: HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
614	20	28	53

12
Brócoli rehogado con mayonesa
ALÉRGENO: HUEVO
Ragú de ternera guisado con patatas dado
Yogur (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

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

13
Crema de calabaza
Pavo guisado con verduras
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

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

16
Coliflor rehogada al ajillo
Lacón gallega con patatas al vapor
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
629	25	32	60

17
Arroz con tomate
Merluza en salsa verde con huevo duro (sin guisantes)
ALÉRGENO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
636	25	23	83

18
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)

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

19
Sopa de fideos
ALÉRGENO: GLUTEN, HUEVO
Morcillo guisado con verduras
Alérgenos: apio
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

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

20
COMIDA ESPECIAL NAVIDAD

--	--	--	--

Vacaciones



de Navidad