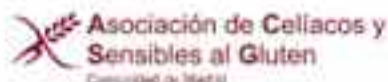


Sugerencias para la cena

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes



Empresa colaboradora con:



Parga y López

Calle de Flora Tristán, 10 - 28919 Leganés (Madrid)

Tel: 914 78 42 39 - info@pargaylopez.com

www.pargaylopez.com

Parga y López

"Comprometidos con la calidad y la seguridad"

SERVICIO DE ALIMENTACIÓN A COLECTIVIDADES



PARGA Y LÓPEZ OBTIENE EL SELLO DE CALIDAD ALLERGY PROTECTION

AVAL QUE GARANTIZA MENÚS ESCOLARES LIBRES DE ALÉRGENOS

Somos pioneros en España en conseguir esta acreditación en la cocina de un centro público,

Para esta apuesta empresarial, hemos empleado parte de nuestros recursos materiales, humanos y económicos, adquiriendo un compromiso constante en seguridad alimentaria.

Este certificado avala que Parga y López cumple con todos los requisitos

exigidos, destacando la continua formación de nuestro personal, rigurosas auditorías en las instalaciones y materias primas, así como controles para la detección de alérgenos en todos los procesos de elaboración de nuestros menús.

Hemos conseguido que nuestros comensales puedan disfrutar de todos los menús con total seguridad.



SIN PESCADO

SEPTIEMBRE 2020

Lunes/Monday

Martes/Tuesday

Miércoles/Wednesday

Jueves/Thursday

Viernes/Friday

Menú elaborado por el departamento de nutrición de PARGA Y LÓPEZ, S.L.

	<p>Arroz blanco con tomate DÍA 8 Tortilla de jamón con ensalada de lechuga y maíz <small>ALÉRGENO: HUEVO, SOJA</small> Piña en su jugo y pan (gluten, soja)</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr><td>Kcal.</td><td>Prot.</td><td>Lip</td><td>H.C.</td></tr> <tr><td>581</td><td>16</td><td>24</td><td>75</td></tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	581	16	24	75	<p>Brócoli rehogado DÍA 9 C. de lomo plancha con ensalada Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja)</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr><td>Kcal.</td><td>Prot.</td><td>Lip</td><td>H.C.</td></tr> <tr><td>737</td><td>24</td><td>48</td><td>53</td></tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	737	24	48	53	<p>Ensalada de pasta (SIN ATÚN) DÍA 10 <small>ALÉRGENO: GLUTEN, HUEVO</small> F. de ternera a la plancha con ensalada Helado (lácteos y derivados, gluten, soja) y pan (gluten, soja)</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr><td>Kcal.</td><td>Prot.</td><td>Lip</td><td>H.C.</td></tr> <tr><td>664</td><td>29</td><td>32</td><td>66</td></tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	664	29	32	66	<p>Guiso de garbanzos con arroz DÍA 11 Albóndigas de pollo en salsa con patatas dado <small>ALÉRGENOS: GLUTEN</small> Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja)</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr><td>Kcal.</td><td>Prot.</td><td>Lip</td><td>H.C.</td></tr> <tr><td>996</td><td>48</td><td>39</td><td>114</td></tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	996	48	39	114								
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																									
581	16	24	75																																									
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																									
737	24	48	53																																									
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																									
664	29	32	66																																									
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																									
996	48	39	114																																									
<p>Espaguetis gratinados con queso DÍA 14 <small>ALÉRGENO: HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, GLUTEN</small> Lacón a la gallega con ensalada Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja)</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr><td>Kcal.</td><td>Prot.</td><td>Lip</td><td>H.C.</td></tr> <tr><td>858</td><td>40</td><td>38</td><td>90</td></tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	858	40	38	90	<p>Judías blancas estofadas DÍA 15 <small>ALÉRGENO: HUEVO</small> F. pavo plancha con ensalada Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja)</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr><td>Kcal.</td><td>Prot.</td><td>Lip</td><td>H.C.</td></tr> <tr><td>693</td><td>39</td><td>22</td><td>85</td></tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	693	39	22	85	<p>Crema de coliflor DÍA 16 Ragú de pollo con patatas dado Yogur (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja)</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr><td>Kcal.</td><td>Prot.</td><td>Lip</td><td>H.C.</td></tr> <tr><td>728</td><td>34</td><td>31</td><td>78</td></tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	728	34	31	78	<p>Lentejas a la jardinera DÍA 17 Lomo de Sajonia a la plancha con ensalada Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja)</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr><td>Kcal.</td><td>Prot.</td><td>Lip</td><td>H.C.</td></tr> <tr><td>713</td><td>36</td><td>25</td><td>86</td></tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	713	36	25	86	<p>Judías verdes rehogadas DÍA 18 F. rusos de ternera con patatas panadera <small>ALÉRGENO: SOJA, SULFITOS Y SULFUROSOS</small> Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja)</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr><td>Kcal.</td><td>Prot.</td><td>Lip</td><td>H.C.</td></tr> <tr><td>736</td><td>28</td><td>33</td><td>82</td></tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	736	28	33	82
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																									
858	40	38	90																																									
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																									
693	39	22	85																																									
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																									
728	34	31	78																																									
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																									
713	36	25	86																																									
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																									
736	28	33	82																																									
<p>Coditos con tomate DÍA 21 <small>ALÉRGENO: GLUTEN, HUEVO</small> Salchichas de pavo con patatas dado <small>ALÉRGENO: SOJA</small> Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja)</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr><td>Kcal.</td><td>Prot.</td><td>Lip</td><td>H.C.</td></tr> <tr><td>830</td><td>30</td><td>31</td><td>109</td></tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	830	30	31	109	<p>Patatas riojana DÍA 22 Tortilla de espinacas con lechuga, tomate, remolacha <small>ALÉRGENO: HUEVO</small> Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja)</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr><td>Kcal.</td><td>Prot.</td><td>Lip</td><td>H.C.</td></tr> <tr><td>712</td><td>21</td><td>33</td><td>84</td></tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	712	21	33	84	<p>Crema de calabacín DÍA 23 Guisado de pavo con arroz y zanahoria Yogur (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja)</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr><td>Kcal.</td><td>Prot.</td><td>Lip</td><td>H.C.</td></tr> <tr><td>703</td><td>44</td><td>32</td><td>60</td></tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	703	44	32	60	<p>Judías pintas con chorizo DÍA 24 Pollo a la plancha con ensalada Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja)</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr><td>Kcal.</td><td>Prot.</td><td>Lip</td><td>H.C.</td></tr> <tr><td>740</td><td>41</td><td>26</td><td>85</td></tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	740	41	26	85	<p>Menestra de verduras DÍA 25 Ragú de ternera con patatas dado Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja)</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr><td>Kcal.</td><td>Prot.</td><td>Lip</td><td>H.C.</td></tr> <tr><td>676</td><td>27</td><td>28</td><td>79</td></tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	676	27	28	79
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																									
830	30	31	109																																									
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																									
712	21	33	84																																									
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																									
703	44	32	60																																									
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																									
740	41	26	85																																									
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																									
676	27	28	79																																									
<p>Arroz a la campesina DÍA 28 Tortilla de calabacín con ensalada <small>ALÉRGENO: HUEVO</small> Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja)</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr><td>Kcal.</td><td>Prot.</td><td>Lip</td><td>H.C.</td></tr> <tr><td>703</td><td>21</td><td>30</td><td>87</td></tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	703	21	30	87	<p>Puré de verduras frescas DÍA 29 Pollo asado con champiñón Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja)</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr><td>Kcal.</td><td>Prot.</td><td>Lip</td><td>H.C.</td></tr> <tr><td>797</td><td>55</td><td>25</td><td>89</td></tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	797	55	25	89	<p>Sopa de cocido DÍA 30 <small>ALÉRGENO: GLUTEN, HUEVO</small> Cocido completo/patata, morcillo, chorizo Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja)</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr><td>Kcal.</td><td>Prot.</td><td>Lip</td><td>H.C.</td></tr> <tr><td>665</td><td>26</td><td>19</td><td>98</td></tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	665	26	19	98	<p>En cumplimiento del RD 126/2015, disponemos en nuestras cocinas de la información relativa a ALÉRGENOS. ADD: Alérgenos de Declaración Obligatoria</p>																	
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																									
703	21	30	87																																									
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																									
797	55	25	89																																									
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																									
665	26	19	98																																									