

Sugerencias para la cena

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes



Empresa colaboradora con:



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

Telf.: 914 78 42 39 · info@pargaylopez.com

www.pargaylopez.com



"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.



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 **ALÉRGENOS**.

ADO: Alérgenos de Declaración Obligatoria

5
Arroz con tomate
Tortilla de atún con ensalada tomate y maíz
ALÉRGENO: HUEVO, PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLLUSCOS
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
642	20	29	76

6
Puré de verduras
Pollo a la plancha con ensalada lechuga, tomate y aceitunas
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
631	32	22	75

7
Patatas guisadas con verduras
Bacalao horno con pisto
ALÉRGENO: PESCADO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
756	39	25	93

1
Judías verdes con tomate
Hamburguesa de pollo con patatas panadera
Yogur (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
529	29	20	58

2
Espaguetis integrales gratinados con queso
ALÉRGENO: HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, GLUTEN
Merluza en salsa con huevo y guisantes
ALÉRGENO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
881	41	35	101

12
FESTIVO

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.

13
Lentejas ecológicas guisadas con verduras
Salchichas de pavo con ensalada de zahahoria y tomate
ALÉRGENO: SOJA
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
752	34	28	90

14
Macarrones integrales al ajillo
ALÉRGENO: GLUTEN, HUEVO
Fogonero con tomate y patatas al vapor
ALÉRGENO: PESCADO, GLUTEN
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
748	38	14	118

15
Crema de calabaza
Ragú de pollo guisado con arroz
Yogur (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
571	32	20	65

16
Judías verdes con tomate
Ternera a la plancha con patatas fritas
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
716	28	33	77

19
Guisantes rehogados
Huevos con bechamel con ensalada de tomate natural
ALÉRGENO: HUEVO, CRUSTÁCEOS, MOLLUSCOS, PESCADO, APIO, MOSTAZA, SOJA, LÁCTEOS Y DERIVADOS, GLUTEN, SULFITOS
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
874	31	43	90

20
Crema de coliflor
Escalopines madrileña con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas
ALÉRGENO: GLUTEN, HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
813	33	39	82

21
Judías pintas guisadas con arroz
Tacos de rape en salsa con patatas dado
ALÉRGENO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN
Yogur (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
872	40	30	108

22
Menestra de verduras salteadas
Jamoncitos de pollo asados con ensalada
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
733	53	27	70

23
Paella mixta
ALÉRGENO: CRUSTÁCEOS, PESCADOS, MOLLUSCOS, SULFITOS Y SULFUROSOS
Merluza molinera con ensalada lechuga, tomate
ALÉRGENO: PESCADO, GLUTEN
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
755	34	29	90

26
Lentejas guisadas con verduras
Salmón plancha con ensalada
ALÉRGENO: PESCADO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
680	39	18	90

27
Puré de calabacín
F. de pollo plancha con ensalada de lechuga, tomate y maíz
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
681	33	27	76

28
Garbanzos estofados
Hamburguesa de pollo con ensalada
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
648	34	20	84

29
Judías verdes rehogadas
Ragú de pavo con patatas
Yogur (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
733	42	35	60

30
Patatas guisadas con verduras
Tortilla de queso con ensalada
ALÉRGENO: HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
652	23	31	53