

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.



Palomeras Bajas SIN PESCADO

OCTUBRE 2020

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 francesa con ensalada tomate y maíz
ALÉRGENO: HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
614	18	27	76

6
Puré de verduras
Escalope de cerdo con ensalada lechuga, tomate y zanahoria
ALÉRGENO: GLUTEN, HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
826	32	40	84

7
Patatas guisadas con verduras
Filete de pollo con pisto
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
829	47	30	92

1
Judías verdes con tomate
C. lomo plancha con patatas panaderas
Yogur (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
702	26	41	58

2
Espaguetis integrales gratinados con queso
ALÉRGENO: HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, GLUTEN
Ternera a la plancha con ensalada
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
839	40	35	90

12
FESTIVO

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.

13
Lentejas ecológicas guisadas con verduras
Lacón al horno con ensalada de zanahoria y tomate
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
737	29	29	90

14
Macarrones integrales al ajillo
ALÉRGENO: GLUTEN, HUEVO
Tortilla de patatas con ensalada
ALÉRGENO: HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
751	26	28	98

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
Sopa de cocido
ALÉRGENO: GLUTEN, HUEVO
Cocido completo, ternera, chorizo, pollo, verdura
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)

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

19
Guisantes rehogados
Tortilla de chorizo con ensalada de tomate natural
ALÉRGENO: HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
754	31	36	76

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
Ragout de pavo con patatas
Yogur (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
778	51	27	82

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
Arroz con tomate
Ternera a la plancha con ensalada lechuga, tomate
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
656	25	28	76

26
Lentejas guisadas con chorizo
Salchichas de pavo con ensalada
ALÉRGENO: SOJA
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
785	36	35	83

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
Sopa de cocido
ALÉRGENO: GLUTEN, HUEVO
Cocido completo/patata, morcillo, chorizo
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sésamo)

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

29
Judías verdes rehogadas
Ragú de pavo estofado 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 jamón con ensalada
ALÉRGENO: HUEVO, SOJA
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
638	22	30	53