

## Sugerencias para la cena

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
CREMA DE ESPÁRAGOS PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA CON ENSALADA FRUTA	CHAMPIÑONES REHOGADOS CON AJO CINTA DE LOMO A LA PLANCHA CON PIMIENTOS FRUTA	GUISANTES CON JAMÓN LENGUADO EN PAPILOTE CON VERDURAS FRUTA	ENSALADA MIXTA SALCHICHAS DE POLLO CON TOMATE FRITO POSTRE LÁCTEO	<b>NO LECTIVO</b>
<b>VACACIONES DE SEMANA SANTA</b>				
<b>NO LECTIVO</b>	ESPINACAS CON PATATAS Y ZANAHORIA SEPIA A LA PLANCHA CON MAHONESA FRUTA	PANACHÉ DE VERDURAS REHOGADAS CHULETA DE SAJONIA CON ZANAHORIA BABY POSTRE LÁCTEO	SOPA DE LETRAS HAMBURGUESA DE ATÚN CON PATATAS COCIDAS FRUTA	CALABACÍN ENHARINADO REVUELTO DE GAMBAS Y AJETES FRUTA
ENSALADA DE TOMATE Y QUESO FRESCO SALCHICHAS DE PAVO A LA PLANCHA CON PURÉ DE PATATA FRUTA	PISTO MANCHEGO LENGUADO A LA ROMANA CON CHAMPIÑONES POSTRE LÁCTEO	MACARRONES CON TOMATE POLLO AL CHILDRÓN FRUTA	JUDÍAS VERDES CON JAMÓN SALMÓN A LA PLANCHA CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA	ACELGAS REHOGADAS CON ZANAHORIA HAMBURGUESA COMPLETA CON PATATAS FRITAS FRUTA

## Informe del Servicio del Comedor Escolar

Alumno/a: ..... Nivel: .....



NORMAS	SI	NO	A VECES
Se lava las manos antes de comer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Se sienta correctamente en las entradas y salidas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Se comporta con corrección en la mesa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Come bien hidratado	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	1º Plato	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	2º Plato	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Postre	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Habla con tono moderado	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Quita el móvil, mobiliario, juegos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Respeto al personal del comedor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Respeto a sus compañeros	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Participa en talleres	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Monitor:

Ficha técnica de platos contactar en:  
[www.pargaylopez.com](http://www.pargaylopez.com)



# Parga y López



## Menú escolar



### Servicio de alimentación a colectividades

C/ Flora Tristán 10, 28919 Laganés (MADRID) • Telf.: 91 478 42 39 / Fax: 91 478 94 63  
 WEB: [pargaylopez.com](http://pargaylopez.com) • E-MAIL: [info@pargaylopez.com](mailto:info@pargaylopez.com)



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

Lentejas con verduras  
ADO: GLUTEN  
Tortilla de calabacín con ensalada  
ADO: HUEVO

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

DÍA 3

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
697	29	24	91

Arroz blanco con tomate  
F. de merluza romana con lechuga y maíz  
ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

DÍA 4

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
681	25	28	83

Brócoli con mayonesa  
ADO: HUEVO  
Albóndigas con patatas fritas  
ADO: APIO, SOJA, GLUTEN, SULFITOS Y SULFUROSOS  
Yogur (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

DÍA 5

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
639	29	35	52

Sopa de cocido  
ADO: GLUTEN, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA  
Cocido madrileño  
ADO: HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

DÍA 6

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
665	26	19	98

NO LECTIVO

DÍA 7

# VACACIONES DE SEMANA SANTA

DÍA 10

DÍA 11

DÍA 12

DÍA 13

DÍA 14

NO LECTIVO

Macarrones horneados con queso  
ADO: HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, GLUTEN, SOJA  
Croquetas de jamón con ensalada  
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, GLUTEN, APIO  
Piña en su jugo y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

DÍA 18

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
642	21	11	115

Judías verdes rehogadas  
Jamoncitos de pollo asados con patatas  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

DÍA 19

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
643	28	26	74

Arroz caldoso con calamares  
ADO: MOLUSCOS  
Lacón a la gallega con patatas fritas  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

DÍA 20

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
842	28	37	100

Alubias blancas con verduras  
ADO: GLUTEN  
Bacalao con tomate  
ADO: PESCADO, GLUTEN  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

DÍA 21

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
624	32	14	93

Lasaña de carne  
ADOS: GLUTEN, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, APIO  
Merluza rebozada con ensalada  
ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

DÍA 24

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
784	34	28	100

Lentejas con arroz  
ADO: GLUTEN  
Tortilla española con ensalada  
ADO: HUEVO  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

DÍA 25

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
830	32	28	112

Verduras frescas trituradas  
ADO: APIO  
F. rusos con patatas y tomate  
ADO: SOJA, SULFITOS Y SULFUROSOS  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

DÍA 26

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
831	27	36	100

Sopa de cocido  
ADO: GLUTEN, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA  
Cocido madrileño  
ADO: HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA  
Helado (lácteos y derivados, frutos de cáscara, huevo, soja, gluten) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

DÍA 27

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
611	23	20	87

Arroz con magro  
F. platija romana con ensalada  
ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

DÍA 28

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
836	31	29	91