

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	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Se sienta correctamente en las sillas y carillas	<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 habitualmente	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"/>
Cuida el menaje, 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



Parga y López



Menú escolar



Servicio de alimentación a colectividades

C/ Flora Tristán 10, 28919 Loganes (MADRID) • Telf.: 91 478 42 39 / Faxi: 91 478 94 63
 WEB: pargaylopez.com • EMAIL: 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

Ensalada de pasta con atún sin huevo (pasta sin huevo)
ADO: SOJA, PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS

Merluza a la plancha con tomate natural
ADO: PESCADO

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

5	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	636	30	24	76

Lentejas con arroz
ADO: GLUTEN

Salchichas frescas con ensalada
ADO: SULFITOS Y SULFUROSOS

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

6	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	836	31	31	107

Brócoli rehogado

Ragú de pollo con patatas
ADO: APIO

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

7	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	624	28	33	54

Lentejas estofadas
ADO: GLUTEN

Merluza al horno con patatas fritas
ADO: PESCADO

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

1	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	772	35	23	107

Puré de verduras
ADO: APIO

Filete de cerdo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz

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

2	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	738	22	39	75

Lasaña de carne
ADO: GLUTEN, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, APIO

F. de platija con ensalada
ADO: PESCADO

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

12	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	680	32	20	93

Alubias blancas con verduras
ADO: GLUTEN

Lomo de Sajonia a la plancha con ensalada

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

13	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	785	30	36	85

Crema de calabacín
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS

Albóndigas con champiñón y patatas
ADO: GLUTEN, SOJA, APIO, SULFITOS Y SULFUROSOS

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

14	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	845	31	31	112

Arroz con salchichas
ADO: SOJA

F. de pollo plancha con ensalada

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

15	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	650	31	28	68

Lentejas con verduras
ADO: GLUTEN

Bonito con tomate
ADO: PESCADO, GLUTEN

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

16	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	753	42	23	96

Espaguetis con tomate (pasta sin huevo)
ADO: SOJA

F. de merluza al horno con ensalada de lechuga y tomate
ADO: PESCADO,

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

19	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	624	29	15	93

Puchero de garbanzos
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, APIO

Filete de ternera a la plancha con ensalada

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

20	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	713	33	27	84

Judías verdes rehogadas

Estofado de ternera con patatas
ADO: APIO

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

21	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	833	34	41	82

**COMIDA ESPECIAL
FIN DE CURSO**

22	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)