

## Sugerencias para la cena

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES

## Informe del Servicio del Comedor Escolar

Alumno/a: \_\_\_\_\_ Nivel: \_\_\_\_\_

INDICADOR	S	NO	A VECES
SE LAVA LAS MANOS ANTES DE COMER	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
SE SIENTE COMODAMENTE EN LAS ENTORNOS Y SALIDAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
SE CONCORDA CON CORRECCIÓN EN LA MESA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
COMER BEN HABITUADAMENTE	1º MESA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	2º MESA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	3º MESA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
TRABAJO CON TONO ADECUADO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
CUIDA EL MANTIL, MUEBLES, SILLAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
RESERVA PERSONAL DEL COMEDOR	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
RESERVA A SUS COMPAÑEROS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
TARDEOR EN SUS RESERVAS	<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

Servicio de alimentación a colectividades

## Eres lo que comes.

C/ Pava 3er piso 10  
 29719 Leganes (MÁLAGA)  
 Telf.: 91 478 42 39  
 Fax: 91 478 94 63  
[info@pargaylopez.com](mailto:info@pargaylopez.com)

[www.pargaylopez.com](http://www.pargaylopez.com)



## Menú Escolar



SENER  
 CALIDAD DE CALIDAD



Asociación de Catering y  
 Servicios a Clientes

Villa de Guadarrama CELÍACOS



MAYO 2018

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

FIESTA

FIESTA

1

2

3

4

Ensalada de pasta sin gluten (hortalizas, york, queso)  
ADO: HUEVO, SOJA, LÁCTEOS Y DERIVADOS  
Merluza al horno con salsa (guisantes, pimienta, huevo picado)  
ADO: PESCADO, HUEVO  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

Judías pintas rehogadas  
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA  
Tortilla de calabacín con lechuga, tomate  
ADO: HUEVO  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

DÍA DE EUROPA  
Brócoli con mayonesa  
ADO: HUEVO  
Filetes rusos en salsa con patatas  
ADO: SOJA, SULFITOS Y SULFUROSOS  
Yogur (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

Arroz tres delicias (huevo, jamón, guisantes)  
ADO: HUEVO, SOJA  
Salchichas de pavo con lechuga y tomate  
ADO: SOJA  
Piña en su jugo y pan sin gluten (altramuces)

Lentejas ecológicas con verduras  
Tortilla de patatas con tomate natural, maíz, atún  
ADO: HUEVO, PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

7	Kcal. 624	Prot. 31	Lip 21	H.C. 79
---	-----------	----------	--------	---------

8	Kcal. 661	Prot. 26	Lip 24	H.C. 86
---	-----------	----------	--------	---------

9	Kcal. 660	Prot. 29	Lip 40	H.C. 46
---	-----------	----------	--------	---------

10	Kcal. 662	Prot. 27	Lip 21	H.C. 91
----	-----------	----------	--------	---------

11	Kcal. 615	Prot. 25	Lip 20	H.C. 86
----	-----------	----------	--------	---------

Espaguetis con tomate (pasta sin huevo)  
ADO: SOJA  
Cazón a la plancha con ensalada  
ADO: PESCADO  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

Judías verdes rehogadas  
Pollo guisado con verduras  
ADO: APIO  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

Arroz con tomate y jamón  
ADO: SOJA  
Escalopines a la plancha con tomate, atún y remolacha  
ADO: PESCADO, MOLUSCOS, CRUSTÁCEOS  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

Crema de zanahoria  
ADO: APIO  
F. de pollo con patatas al horno  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

Patatas con verduras y arroz  
Bonito al horno con ensalada de tomate  
ADO: PESCADO,  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

14	Kcal. 698	Prot. 28	Lip 24	H.C. 92
----	-----------	----------	--------	---------

15	Kcal. 606	Prot. 28	Lip 28	H.C. 60
----	-----------	----------	--------	---------

16	Kcal. 670	Prot. 25	Lip 30	H.C. 75
----	-----------	----------	--------	---------

17	Kcal. 878	Prot. 32	Lip 52	H.C. 70
----	-----------	----------	--------	---------

18	Kcal. 632	Prot. 24	Lip 26	H.C. 76
----	-----------	----------	--------	---------

Lentejas estofadas  
Tortilla española con salsa de tomate  
ADO: HUEVO  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

Menestra de verduras  
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS  
Jamoncitos de pollo asados con patatas  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

Macarrones con tomate (pasta sin gluten)  
ADO: SOJA  
Filete de merluza a la plancha con ensalada  
ADO: PESCADO  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

Fabada asturiana  
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA  
Salmón plancha con patatas panadera  
ADO: PESCADO  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

Crema de calabaza, puerro, apio y patata  
ADO: APIO  
Ragú de ternera, zanahoria, guisantes, judías verdes  
ADO: APIO  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

21	Kcal. 743	Prot. 32	Lip 25	H.C. 98
----	-----------	----------	--------	---------

22	Kcal. 694	Prot. 29	Lip 26	H.C. 86
----	-----------	----------	--------	---------

23	Kcal. 647	Prot. 30	Lip 10	H.C. 109
----	-----------	----------	--------	----------

24	Kcal. 625	Prot. 22	Lip 38	H.C. 48
----	-----------	----------	--------	---------

25	Kcal. 675	Prot. 26	Lip 22	H.C. 93
----	-----------	----------	--------	---------

Ensalada de arroz con tomate, bonito, maíz, aceitunas  
ADO: PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS, HUEVO  
Lacón a la gallega con cachelos  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

Brócoli rehogado  
Salchichas frescas con tomate  
ADO: SULFITOS Y SULFUROSOS  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

Puchero de garbanzos (patata, chorizo y jamón)  
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, APIO  
Cazón a la plancha con ensalada  
ADO: PESCADO  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

Arroz tres delicias (huevo, jamón, guisantes)  
ADO: HUEVO, SOJA  
Salchichas de pavo con lechuga y tomate  
ADO: SOJA  
Piña en su jugo y pan sin gluten (altramuces)

Lentejas ecológicas con verduras  
Tortilla de patatas con tomate natural, maíz, atún  
ADO: HUEVO, PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS  
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

28	Kcal. 723	Prot. 27	Lip 27	H.C. 93
----	-----------	----------	--------	---------

29	Kcal. 580	Prot. 21	Lip 31	H.C. 56
----	-----------	----------	--------	---------

30	Kcal. 711	Prot. 31	Lip 28	H.C. 84
----	-----------	----------	--------	---------

31	Kcal. 766	Prot. 24	Lip 58	H.C. 38
----	-----------	----------	--------	---------

