

Sugerencias para la cena

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	FIESTA	FIESTA	CREMA DE CALABACÍN ESCALOPE DE POLLO CON ENSALADA FRUTA	ALCACHOFAS CON BACÓN CINTA DE LOMO CON PIMIENTOS FRUTA
JUDÍAS VERDES REHOGADAS ESCALOPE DE TERNERA CON ENSALADA FRUTA	SOPA DE FIDEOS BACALAO A LA RIOJANA CON PATATAS FRUTA	CODITOS CON TOMATE CHULETA DE PAVO A LA PLANCHA CON ENSALADA YOGUR	CREMA DE ZANAHORIA LOMO DE SAJONIA CON ENSALADA FRUTA	REPOLLO CON PATATAS HAMBURGUESA DE ATÚN CON PATATAS FRUTA
CHAMPIÑONES CON JAMÓN MERLUZA EN PAPILOTE CON PISTO FRUTA	ESPINACAS A LA CREMA JAMONCITOS DE POLLO CON ENSALADA FRUTA	ACELGAS REHOGADAS CON BACÓN FILETE DE EMPERADOR AL LIMÓN CON PATATAS AL VAPOR FRUTA	ARROZ CON TOMATE TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA FRUTA	CREMA DE MARISCO TERNERA ASADA CON PURÉ DE PATATAS YOGUR
SOPA DE VERDURAS RAGOUT DE PAVO FRUTA	GUISANTES CON JAMÓN LENGUADO A LA ROMANA CON ENSALADA YOGUR	ENSALADA CAMPERA FILETE DE POLLO AL LIMÓN CON ZANAHORIA BABY FRUTA	JUDÍAS VERDES SALTEADAS ESCALOPE DE TERNERA CON PATATAS PANADERA FRUTA	TALLARINES AL AJILLO CON GAMBAS LOMO FRESCO A LA PLANCHA CON ENSALADA FRUTA
PATATAS GUISADAS CON VERDURAS ATÚN A LA PLANCHA CON ENSALADA FRUTA	CREMA DE VERDURAS JAMONCITOS DE POLLO EN SALSA CON PATATAS NATILLAS	ENSALADA CAPRESSE (TOMATE, MOZZARELLA, ALBAHACA) SEPIA CON MAYONESA Y PATATAS AL VAPOR FRUTA	ENTREMESES VARIADOS TORTILLA DE JAMÓN CON VERDURAS SALTEADAS FRUTA	

Informe del Servicio del Comedor Escolar

Nombre/a: _____ Nivel: _____

NORMAS	S	NO	A VECES
SE LAVAN LAS MANOS ANTES DE COMER.			
SE SIÉNTA CORRECTAMENTE EN LAS ENTENDAS Y SALIDAS.			
SE CONFORMA CON CORRECCIÓN EN LA LÍNEA.			
COME BEN HABITUADE]	1º PASE		
	2º PASE		
	3º PASE		
TIENE CON TONO MODERADO			
CUIDA EL MENAJE, MODERADO, EFICAZ			
RESPECTA AL PERSONAL DEL COMEDOR			
RESPETA A SUS COMPAÑEROS			
IMPIDE EN SU RESERVA			

Monitor: _____

Ficha Monitor de plaza contactar en:
www.pargaylopez.com



Parga y López

Servicio de alimentación a colectividades

Eres lo que comes.

C/ Pava Típica 10
28919 Leganes (MADRID)
Telf.: 91 478 42 39
Fax: 91 478 94 63
info@pargaylopez.com

www.pargaylopez.com

Menú Escolar



SISTEMA
CERTIFICADO



Asociación de Catereros y
Servicios a Domicilio



VILLA DE GUADARRAMA

MAYO / MAY 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
NO SCHOOL**

**FIESTA
NO SCHOOL**

DÍA DE EUROPA

DÍA NACIONAL DEL CELIACO

DÍA 1

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
698	32	26	84

DÍA 2

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

DÍA 3

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
824	16	43	93

DÍA 4

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
765	32	28	97

Ensalada de pasta (hortalizas, york, queso)
Pasta salad (vegetables, ham, cheese)
ADO: GLUTEN, HUEVO, SOJA, LÁCTEOS Y DERIVADOS
Merluza en salsa (guisantes, pimienta, huevo picado)
Hake in sauce (peas, pepper, egg)
ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / **Fruit, milk, bread**

Judías pintas rehogadas
Sauted beans
ADO: GLUTEN
Tortilla de calabacín con lechuga, tomate
Courgette omelette with lettuce and tomato salad
ADO: HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / **Fruit, milk, bread**

Brócoli con mayonesa
Broccoli with mayonnaise
ADO: HUEVO
Albóndigas en salsa (guisantes, champiñón, patatas)
Mincemeatball in sauce (peas, mushroom, potatoes)
ADO: HUEVO, SOJA, GLUTEN, SULFITOS Y SULFUROSOS
Yogur (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / **Yogurt, bread**

Crema de zanahoria
Carrot cream
ADO: APIO
F. de pollo plancha con patatas al horno
Grilled chicken steak with baked potatoes
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / **Fruit, milk, bread**

Patatas con verduras y arroz
Potatoes stew with vegetables and rice
Bonito con tomate
Tuna with tomato sauce
ADO: PESCADO, GLUTEN
Fruta ecológica, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / **Fruit, milk, bread**

DÍA 7

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
698	32	26	84

DÍA 8

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

DÍA 9

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

DÍA 10

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

DÍA 11

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
716	33	25	91

Espaguetis integrales con queso al horno
Spaghettis au gratin with cheese
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, HUEVO, GLUTEN
Cazón adobado con ensalada
Marinated cazon with salad
ADO: PESCADO, GLUTEN
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / **Fruit, milk, bread**

Judías verdes rehogadas
Sauteed green beans
Pollo guisado con verduras
Chicken stew with vegetables
ADO: APIO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / **Fruit, milk, bread**

Arroz con tomate y jamón
Rice with tomato sauce and ham
ADO: SOJA
Escalopines madrileña con tomate, atún y remolacha
Breaded tenderloin with tomato, tuna and beetroot salad
ADO: GLUTEN, HUEVO, PESCADO, MOLUSCOS, CRUSTÁCEOS
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / **Fruit, milk, bread**

Fabada asturiana
"Fabada Asturiana"
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, GLUTEN
Salmón plancha con patatas panadera
Grilled salmon with baked potatoes
ADO: PESCADO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / **Fruit, milk, bread**

Crema de calabaza, puerro, apio, patata
Pumpkin cream with leek, celery and potatoes
ADO: APIO
Ragú de ternera, zanahoria, guisantes, judías verdes
Beef stew with carrot, peas and green beans
ADO: APIO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / **Fruit, milk, bread**

DÍA 14

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
783	34	28	100

DÍA 15

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

DÍA 16

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
863	33	45	83

DÍA 17

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

DÍA 18

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

Lentejas estofadas
Stewed lentils
ADO: GLUTEN
Tortilla española con salsa de tomate
Spanish omelette with tomato sauce
ADO: HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / **Fruit, milk, bread**

Menestra de verduras
Mixed vegetables
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS
Jamoncitos de pollo asados con patatas
Roasted chicken thighs with potatoes
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / **Fruit, milk, bread**

Macarrones con tomate
Macaroni with tomato sauce
ADO: GLUTEN, HUEVO
Filete de merluza andaluza con ensalada
Floured hake with salad
ADO: PESCADO, GLUTEN
Fruta ecológica, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / **Fruit, milk, bread**

Sopa juliana
Vegetables soup
ADO: APIO
Magro ternera riojana con tomate, pimienta, guisantes
Beef stew with peas, pepper and tomato sauce
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS
Helado (gluten, soja, lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / **Ice-cream, bread**

Crema de calabacín
Courgette cream
Bacalao al horno con patatas panaderas
Baked cod with baked potatoes
ADO: PESCADO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces) / **Fruit, milk, bread**

DÍA 21

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

DÍA 22

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

DÍA 23

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
751	32	18	116

DÍA 24

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

DÍA 25

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

Ensalada de arroz con tomate, bonito, maíz, aceitunas
Rice salad with tomato, tuna, corn and olives
ADO: PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS, HUEVO
Lacón a la gallega con cachelos
Lacon with paprika with steamed potatoes
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / **Fruit, milk, bread**

Brócoli rehogado
Sauteed broccoli
Salchichas frescas con tomate
Fresh sausage with tomato sauce
ADO: SULFITOS Y SULFUROSOS
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / **Fruit, milk, bread**

Puchero de garbanzos (patata, chorizo y jamón)
Chick peas with potatoes, sausage and ham
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, APIO
Cazón adobado con ensalada
Marinated cazon with salad
ADO: PESCADO, GLUTEN
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / **Fruit, milk, bread**

Crema de coliflor
Cauliflower cream
Chuleta empanada con ensalada
lechuga, tomate y remolacha
Breaded chop pork with lettuce, tomato and beetroot salad
ADO: GLUTEN, HUEVO
Yogur (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / **Yogurt, bread**

DÍA 28

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

DÍA 29

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

DÍA 30

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
754	34	28	91

DÍA 31

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
843	27	59	50



MAYO 2018