

Sugerencias para la cena

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES

Informe del Servicio del Comedor Escolar

Alumno/a: _____ Nivel _____

HORARIO	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 COMPORTA CON CORTEZADO EN LA MESA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
COMER BEN HABITUADAMENTE	1º PASO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	2º PASO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	3º PASO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
TRABAJO CON TONDO ADECUADO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
CUIDA EL RESPALDO, MANTENIMIENTO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
RESPECTA AL PERSONAL DEL COMEDOR	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
RESPECTA A SUS COMPAÑEROS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
TRABAJA EN GRUPOS SUAVES	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Monitor:

Ficha técnica de platos contactar en:
www.pargaylopez.com



Parga y López

Servicio de alimentación a colectividades

Eres lo que comes.

C/ Pasa Tiro 10
28719 Leganes MADRID
Telf: 91 478 42 39
fax: 91 478 94 63
info@pargaylopez.com

www.pargaylopez.com

Menú Escolar



INSTITUCIÓN DE CALIDAD



Asociación de Catering y
Servicios a Clientes

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

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
612	20	26	75

4

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
700	37	21	90

Ensalada de pasta sin huevo (hortalizas, york)
ADO: SOJA
Merluza en salsa (guisantes, pimiento, sin huevo picado)
ADO: PESCADO, GLUTEN
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

7

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
631	29	22	79

Judías pintas rehogadas
ADO: GLUTEN
Jamonicos de pollo asados con lechuga, tomate
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

8

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
579	30	15	81

DÍA DE EUROPA

Brócoli rehogado
Filetes rusos en salsa con patatas
ADO: SOJA, SULFITOS Y SULFUROSOS
Yogur de soja (soja) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

9

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
580	26	30	50

Crema de zanahoria
ADO: APIO
F. de pollo con patatas al horno
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

10

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
595	23	17	87

Patatas con verduras y arroz
Bonito con tomate
ADO: PESCADO, GLUTEN
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

11

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
649	30	21	86

Espaguetis con tomate (pasta sin huevo)
ADO: SOJA
Cazón adobado con ensalada
ADO: PESCADO, GLUTEN
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

14

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
674	28	20	95

Judías verdes rehogadas
Pollo guisado con verduras
ADO: APIO
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

15

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
539	24	24	56

Arroz con tomate y jamón
ADO: SOJA
Escalopines a la plancha con tomate, atún y remolacha
ADO: PESCADO, MOLUSCOS, CRUSTÁCEOS
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

16

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
603	21	27	70

Fabada asturiana (sin morcilla, sin jamón)
ADO: SOJA, GLUTEN
Salmón plancha con patatas panadera
ADO: PESCADO
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

17

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
811	28	48	66

Crema de calabaza, puerro, apio y patata
ADO: APIO
Ragú de ternera, zanahoria, guisantes, judías verdes
ADO: APIO
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

18

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
565	21	22	71

Lentejas estofadas
ADO: GLUTEN
Lomo de Sajonia a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y cebolla
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

21

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
758	30	33	85

Menestra de verduras (sin jamón)
Jamonicos de pollo asado con patatas
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

22

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
627	26	22	81

Macarrones con tomate (pasta sin huevo)
ADO: SOJA
Filete de merluza andaluza con ensalada
ADO: PESCADO, GLUTEN
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

23

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
684	28	14	111

Sopa juliana
ADO: APIO
Magro ternera riojana con tomate, guisantes, pimiento (sin jamón)
Yogur de soja (soja) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

24

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
607	24	36	46

DÍA NACIONAL DEL CELIACO
Crema de calabacín
Bacalao al horno con patatas panaderas
ADO: PESCADO
Fruta y pan sin gluten (altramuces)

25

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
608	22	19	88

Ensalada de arroz con tomate, bonito, maíz, aceitunas (sin huevo)
ADO: PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS
Lacón a la gallega con cachelos
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

28

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
656	23	23	89

Brócoli rehogado
Salchichas frescas con tomate
ADO: SULFITOS Y SULFUROSOS
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

29

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
513	17	27	51

Puchero de garbanzos (patata, chorizo, sin jamón)
ADO: SOJA, APIO
Cazón adobado con ensalada
ADO: PESCADO, GLUTEN
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

30

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
687	31	24	86

Crema de coliflor
Chuleta a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y remolacha
Yogur de soja (soja) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

31

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
771	23	56	43

