

Sugerencias para la cena

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES

Informe del Servicio del Comedor Escolar

Alumno/a: _____ Nivel: _____

NOMBRE	S	NO	A VECES
SE LAVA LAS MANOS ANTES DE COMER			
SE SIENTE CÓMODAMENTE EN LAS ENTENDAS Y SALIDAS			
SE CONDUCTA CON CORRECCIÓN EN LA URSULA			
COMER SIN HASTIARSE	1º BATO		
	2º BATO		
	3º BATO		
HAHA CON TONO MODERADO			
CUIDA EL MANTAL, MOBILIARIO, EFECTOS			
RESPETA AL PERSONAL DEL COMEDOR			
RESPETA A SUS COMPAÑEROS			
TRABAJA EN SU RESERVA			

Monitor:

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



Parga y López

Servicio de alimentación a colectividades

Eres lo que comes.

C/ Pava Tráfico 10
 29119 Leganes (MÁLAGA)
 Telf: 91 478 42 39
 Fax: 91 478 94 63
info@pargaylopez.com

www.pargaylopez.com



Menú Escolar



SECTOR COMERCIAL



Asociación de Cámaras y
 Servicios a Clientes

Ciudad de Guadalajara SIN PESCADO



ABRIL / APRIL 2018

Lunes/Monday

Martes/Tuesday

Miércoles/Wednesday

Jueves/Thursday

Viernes/Friday

Lentejas estofadas con verduras
ADO: GLUTEN

Salchichas de pavo con tomate frito
ADO: SOJA

Piña en su jugo y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

3	Kcal. 673,2	Prot. 30,4	Lip 21,1	H.C. 90,5
----------	----------------	---------------	-------------	--------------

Arroz con tomate, huevo picado
ADO: HUEVO

Filete de pollo a la plancha con lechuga y tomate

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

4	Kcal. 695,8	Prot. 29,85	Lip 27,4	H.C. 82,5
----------	----------------	----------------	-------------	--------------

Sopa de cocido
ADO: GLUTEN, HUEVO, SOJA

Cocido madrileño (repollo, pollo, chorizo)
ADO: SOJA, HUEVO

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

5	Kcal. 665,1	Prot. 25,75	Lip 19,4	H.C. 97,7
----------	----------------	----------------	-------------	--------------

Brócoli con mayonesa
ADO: HUEVO

Chuleta riojana con tomate, chorizo
ADO: SOJA

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

6	Kcal. 913,5	Prot. 31,85	Lip 62,5	H.C. 56,1
----------	----------------	----------------	-------------	--------------

Macarrones al ajillo
ADO: GLUTEN, HUEVO

C. de lomo plancha con puré de patatas

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

9	Kcal. 858,6	Prot. 29,45	Lip 42,2	H.C. 90,1
----------	----------------	----------------	-------------	--------------

Puré de zanahoria
ADO: APIO

F. de ternera a la plancha con lechuga tomate, aceitunas

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

10	Kcal. 640	Prot. 24,55	Lip 27	H.C. 75
-----------	--------------	----------------	-----------	------------

Menestra de verduras
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS

Albóndigas con patatas fritas
ADO: HUEVO, SOJA, GLUTEN, SULFITOS Y SULFUROSOS

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

11	Kcal. 645	Prot. 29,3	Lip 28,5	H.C. 67,9
-----------	--------------	---------------	-------------	--------------

J. G. PAÍS VASCO

Porrusalda (patatas, zanahoria, puerro, calabaza)

Lomo de Sajonia a la plancha con ensalada de lechuga y maíz

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

12	Kcal. 702,6	Prot. 22,25	Lip 36,9	H.C. 70,5
-----------	----------------	----------------	-------------	--------------

Empedrado de judías pintas
ADO: GLUTEN, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA

Tortilla de espinacas y ensalada
ADO:HUEVO

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

13	Kcal. 720	Prot. 26,55	Lip 24,2	H.C. 98,9
-----------	--------------	----------------	-------------	--------------

Espaguetis gratinados con queso
ADO: HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, GLUTEN, SOJA

Ragout de pavo con verduras
ADO: APIO

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

16	Kcal. 789	Prot. 39,75	Lip 27,5	H.C. 95,4
-----------	--------------	----------------	-------------	--------------

Judías blancas estofadas
ADO: GLUTEN, HUEVO

Tortilla de calabacín con tomate natural
ADO: HUEVO

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

17	Kcal. 651	Prot. 24,65	Lip 23,7	H.C. 84,8
-----------	--------------	----------------	-------------	--------------

Arroz con tomate

Lacón a la gallega con patatas al vapor

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

18	Kcal. 697,8	Prot. 25,05	Lip 25,8	H.C. 91,7
-----------	----------------	----------------	-------------	--------------

Crema de verduras frescas

Jamoncitos de pollo asados con patatas fritas

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

19	Kcal. 616	Prot. 26,8	Lip 23,6	H.C. 73,9
-----------	--------------	---------------	-------------	--------------

Sopa de cocido
ADO: GLUTEN, HUEVO, SOJA

Cocido (patata, garbanzos, ternera, zanahoria)
ADO: SOJA, HUEVO

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

20	Kcal. 665,35	Prot. 25,75	Lip 19,4	H.C. 97,725
-----------	-----------------	----------------	-------------	----------------

DÍA DEL LIBRO

Ensalada de pasta vegetal (sin atún)
ADO: GLUTEN, HUEVO

Salchichas de pavo con salsa de tomate
ADO: SOJA

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

23	Kcal. 717,1	Prot. 31,05	Lip 31,4	H.C. 77,8
-----------	----------------	----------------	-------------	--------------

Lentejas guisadas con zanahoria
ADO: GLUTEN

Tortilla de patatas con lechuga tomate, maíz
ADO: HUEVO

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

24	Kcal. 760,6	Prot. 31,25	Lip 27,7	H.C. 96,5
-----------	----------------	----------------	-------------	--------------

Arroz caldoso con verduras

Cinta de lomo adobada a la plancha con ensalada

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

25	Kcal. 811,2	Prot. 23,85	Lip 41,4	H.C. 85,6
-----------	----------------	----------------	-------------	--------------

Judías verdes rehogadas

Ragú de pollo con patatas
ADO: APIO

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

26	Kcal. 641	Prot. 28,3	Lip 32,8	H.C. 58
-----------	--------------	---------------	-------------	------------

Sopa juliana
ADO: APIO

F. rusos en salsa con champiñones
ADO: SOJA, SULFITOS Y SULFUROSOS

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

27	Kcal. 710	Prot. 31,25	Lip 33,6	H.C. 70,7
-----------	--------------	----------------	-------------	--------------



Jornadas Gastronómicas del País Vasco
12 de abril de 2018



23 de abril de 2018

En cumplimiento del RD 126/2015, disponemos en nuestras cocinas de la información relativa a **ALÉRGENOS**.
ADO: Alérgenos de Declaración Obligatoria