

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 SITUÁ CORRECTAMENTE EN LAS ENTRADAS Y SALIDAS	<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"/>
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"/>
PARTICIPA EN TALLERES/JUEGOS	<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/ Flora Tristán 10
 28919 Leganés (MADRID)
 Telf.: 91 478 42 39
 Fax: 91 478 94 63
 info@pargaylopez.com

www.pargaylopez.com



Menú Escolar



EMPRESA COLABORADORA CON



Asociación de Celíacos y Sensibles al Gluten
 Comunidad de Madrid

Ciudad de Guadalajara SIN HUEVO



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

Merluza enharinada con lechuga y tomate
ADO: PESCADO, GLUTEN

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

4	Kcal. 683,8	Prot. 25,25	Lip 28	H.C. 82,9
----------	-------------	-------------	--------	-----------

Sopa de cocido (fideos sin huevo)
ADO: SOJA

Cocido madrileño (repollo, chorizo, sin gallina)
ADO: SOJA

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 rehogado

Chuleta riojana con tomate, chorizo
ADO: SOJA

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

6	Kcal. 851,3	Prot. 31,55	Lip 55,7	H.C. 56,1
----------	-------------	-------------	----------	-----------

Macarrones al ajillo (pasta sin huevo)
ADO: SOJA

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 limanda a la plancha con lechuga tomate, aceitunas
ADO: PESCADO

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

10	Kcal. 564	Prot. 23,35	Lip 18,7	H.C. 75,8
-----------	-----------	-------------	----------	-----------

Menestra de verduras
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS

Filetes rusos en salsa con patatas fritas
ADO: SOJA, SULFITOS Y SULFUROSOS

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

11	Kcal. 776	Prot. 34,1	Lip 36,2	H.C. 78,5
-----------	-----------	------------	----------	-----------

J. G. PAÍS VASCO

Porrusalda (patatas, zanahoria, puerro, calabaza)

Bacalao con tomate
ADO: PESCADO, GLUTEN

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

12	Kcal. 597,1	Prot. 26,45	Lip 16,6	H.C. 85,7
-----------	-------------	-------------	----------	-----------

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

Lomo de Sajonia a la plancha con ensalada

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

13	Kcal. 848,1	Prot. 30,95	Lip 36,8	H.C. 98,2
-----------	-------------	-------------	----------	-----------

Espaguetis con tomate (pasta sin huevo)
ADO: SOJA

Merluza al horno con verduras
ADO: PESCADO

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

16	Kcal. 625	Prot. 28,85	Lip 15,1	H.C. 93,6
-----------	-----------	-------------	----------	-----------

Judías blancas con verduras
ADO: GLUTEN

Salmón a la plancha con tomate natural
ADO: PESCADO

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

17	Kcal. 687	Prot. 29,25	Lip 26,1	H.C. 83,9
-----------	-----------	-------------	----------	-----------

Paella valenciana (guisantes, judías verdes, magro, calamares)
ADO: CRUSTÁCEOS, PESCADOS, MOLUSCOS, SULFITOS Y SULFUROSOS

Lacón a la gallega con patatas al vapor

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

18	Kcal. 765	Prot. 33,25	Lip 26,5	H.C. 98,6
-----------	-----------	-------------	----------	-----------

Crema de verduras frescas

Jamonicitos 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 (fideos sin huevo)
ADO: SOJA

Cocido (patata, garbanzos, temera, zanahoria, sin gallina)
ADO: SOJA

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 huevo (pasta sin huevo)
ADO: SOJA, PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS

Bonito con tomate
ADO: PESCADO, GLUTEN

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

23	Kcal. 736,95	Prot. 38,65	Lip 28,5	H.C. 81,625
-----------	--------------	-------------	----------	-------------

Lentejas guisadas con zanahoria
ADO: GLUTEN

Filete de temera ala plancha con lechuga tomate, maíz

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

24	Kcal. 734,6	Prot. 35,35	Lip 25,9	H.C. 90,2
-----------	-------------	-------------	----------	-----------

Arroz caldoso con verduras

Cazón adobado con ensalada
ADO: PESCADO, GLUTEN

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

25	Kcal. 743,8	Prot. 27,25	Lip 29,2	H.C. 93
-----------	-------------	-------------	----------	---------

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



Día del Libro

23 de abril de 2018

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