

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 SITÚA 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"/>
RESPEA AL PERSONAL DEL COMEDOR	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
RESPEA 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
Comedor de Madrid

Ciudad de Guadalajara CELÍACOS



ABRIL / APRIL 2018

Lunes/Monday

Martes/Tuesday

Miércoles/Wednesday

Jueves/Thursday

Viernes/Friday

Lentejas estofadas con verduras
Salchichas de pavo con tomate frito
ADO: SOJA
Piña en su jugo y pan sin gluten (altramuces)

3

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

Arroz con tomate, huevo picado
ADO: HUEVO
Merluza al horno con lechuga y tomate
ADO: PESCADO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

4

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
658,8	27,65	23,8	83,6

Sopa de cocido (fideos sin gluten)
ADO: HUEVO, SOJA
Cocido madrileño (repollo, pollo, chorizo)
ADO: SOJA, HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

5

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

Brócoli con mayonesa
ADO: HUEVO
Chuleta riojana con tomate, chorizo
ADO: SOJA
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

6

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

Macarrones al ajillo (pasta sin gluten)
ADO: SOJA
C. de lomo plancha con puré de patatas
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

9

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
858,6	29,45	42,2	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 sin gluten (altramuces)

10

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
564	23,35	18,7	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 sin gluten (altramuces)

11

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

J. G. PAÍS VASCO
Porrusalda (patatas, zanahoria, puerro, calabaza)
Bacalao al horno con ensalada de tomate
ADO: PESCADO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

12

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
533,5	22,95	17,7	71,1

Empedrado de judías pintas
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA
Tortilla de espinacas y ensalada
ADO: HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

13

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

Espaguetis con tomate (pasta sin gluten)
ADO: SOJA
Merluza al homo con verduras
ADO: PESCADO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

16

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

Judías blancas estofadas
ADO: HUEVO
Tortilla de bonito con tomate natural
ADO: HUEVO, PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

17

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
675	27,05	25,7	84,2

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 sin gluten (altramuces)

18

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

Crema de verduras frescas
Jamoncitos de pollo asados con patatas fritas
Yogur(lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

19

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

Sopa de cocido (fideos sin gluten)
ADO: HUEVO, SOJA
Cocido (patata, garbanzos, ternera, zanahoria)
ADO: SOJA, HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

20

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

DÍA DEL LIBRO
Ensalada de pasta vegetal (pasta sin gluten)
ADO: SOJA, HUEVO, PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS
Bonito a la plancha con ensalada de tomate
ADO: PESCADO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

23

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
636,1	30,25	23,5	76,4

Lentejas guisadas con zanahoria
Tortilla de patatas con lechuga tomate, maíz
ADO: HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

24

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

Arroz caldoso con verduras
Cazón a la plancha con ensalada
ADO: PESCADO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

25

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
627,2	24,75	20,2	86,7

Judías verdes rehogadas
Ragú de pollo con patatas
ADO: APIO
Yogur(lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

26

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

Sopa juliana
ADO: APIO
F. rusos en salsa con champiñones
ADO: SOJA, SULFITOS Y SULFUROSOS
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

27

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
710	31,25	33,6	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**.
ADO: Alérgenos de Declaración Obligatoria