

## 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"/>
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](http://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](mailto:info@pargaylopez.com)

[www.pargaylopez.com](http://www.pargaylopez.com)



## Menú Escolar



EMPRESA COLABORADORA CON



Asociación de Celíacos y Sensibles al Gluten  
 Comedor de Madrid

Ciudad de Guadalajara SIN HUEVO



JUNIO 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 **ALÉRGICOS**.

ADO: Alérgenos de Declaración Obligatoria



**Día Mundial del Medio Ambiente**

5 de junio de 2018

Ensalada de pasta (sin huevo) con atún  
ADO: SOJA, PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS

Filete de merluza con lechuga, tomate y maíz  
ADO: PESCADO

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

<b>14</b>	Kcal. 646	Prot. 31	Lip 24	H.C. 76
-----------	-----------	----------	--------	---------

**DÍA MEDIO AMBIENTE**

Judías pintas con arroz  
ADO: GLUTEN, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA

F. rusos con tomate y patatas  
ADO: SOJA, SULFITOS Y SULFUROSOS

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

<b>15</b>	Kcal. 781	Prot. 33	Lip 26	H.C. 104
-----------	-----------	----------	--------	----------

Brócoli rehogado

Filete de ternera a la plancha con lechuga y tomate

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

<b>16</b>	Kcal. 582	Prot. 24	Lip 39	H.C. 35
-----------	-----------	----------	--------	---------

Lentejas con verduras  
ADO: GLUTEN

Pavo guisado con patatas  
ADO: APIO

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

<b>17</b>	Kcal. 761	Prot. 44	Lip 25	H.C. 90
-----------	-----------	----------	--------	---------

Judías verdes rehogadas

Salchichas de pavo con lechuga, tomate y zanahoria  
ADO: SOJA

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

<b>11</b>	Kcal. 604	Prot. 25	Lip 30	H.C. 58
-----------	-----------	----------	--------	---------

Macarrones con tomate (pasta sin huevo)  
ADO: SOJA

F. limanda con lechuga, maíz y tomate  
ADO: PESCADO

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

<b>11</b>	Kcal. 628	Prot. 29	Lip 15	H.C. 94
-----------	-----------	----------	--------	---------

Judías verdes con tomate

Lomo fresco con patatas fritas

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

<b>12</b>	Kcal. 779	Prot. 26	Lip 41	H.C. 76
-----------	-----------	----------	--------	---------

Crema de calabacín

Hamburguesa con patatas fritas  
ADO: SOJA

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

<b>13</b>	Kcal. 786	Prot. 28	Lip 31	H.C. 100
-----------	-----------	----------	--------	----------

Alubias blancas con verduras  
ADO: GLUTEN

F. pollo plancha con lechuga, tomate y zanahoria

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

<b>14</b>	Kcal. 606	Prot. 30	Lip 21	H.C. 75
-----------	-----------	----------	--------	---------

Arroz con salchichas  
ADO: SOJA

Merluza al horno con patata panadera  
ADO: PESCADO

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

<b>15</b>	Kcal. 758	Prot. 30	Lip 25	H.C. 104
-----------	-----------	----------	--------	----------

Lentejas estofadas  
ADO: GLUTEN

Salchichas frescas con lechuga, remolacha y maíz  
ADO: SULFITOS Y SULFUROSOS

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

<b>18</b>	Kcal. 781	Prot. 30	Lip 33	H.C. 90
-----------	-----------	----------	--------	---------

Espaguetis con carne picada y orégano (pasta sin huevo)  
ADO: SOJA

Cazón adobado con lechuga, tomate, aceitunas  
ADO: GLUTEN, PESCADO

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

<b>19</b>	Kcal. 748	Prot. 31	Lip 25	H.C. 99
-----------	-----------	----------	--------	---------

Guisantes salteados con jamón  
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS

Estofado de ternera con patatas, guisantes, tomate, pimiento  
ADO: APIO

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

<b>20</b>	Kcal. 824	Prot. 42	Lip 37	H.C. 82
-----------	-----------	----------	--------	---------

Arroz blanco con tomate

Lacón al horno con patatas panadera

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

<b>21</b>	Kcal. 743	Prot. 25	Lip 31	H.C. 92
-----------	-----------	----------	--------	---------

**COMIDA ESPECIAL FIN DE CURSO**

<b>22</b>				
-----------	--	--	--	--