

Sugerencias para la cena

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				SALMOREJO CORDOBÉS LOMO DE SAJONIA ASADO CON ENSALADA FRUTA
ESPINACAS CON JAMÓN PECHUGA DE PAVO EMPANADA CON ENSALADA FRUTA	ENSALADA CAMPERA TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA FRUTA	ARROZ CON TOMATE PESCADILLA EN SALSA CON ENSALADA FRUTA	JUDÍAS VERDES CON BACON CALAMARES A LA ROMANA CON ZANAHORIA BABY YOGUR	CODITOS AL AJILLO TERNERA ASADA CON PURÉ DE PATATAS FRUTA
GAZPACHO ESCALOPE DE TERNERA CON PATATAS FRUTA	ENSALADA DE PASTA LOMOS DE SALMÓN AL HORNO CON PISTO POSTRE LÁCTEO	GUISANTES AL AJILLO CINTA DE LOMO ADOBADA CON ENSALADA FRUTA	CHAMPIÑONES CON JAMÓN BACALAO CON PIMIENTOS FRUTA	CREMA DE ZANAHORIA TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA FRUTA
CREMA DE CALABAZA FILETE DE EMPERADOR AL LIMÓN CON PATATA PANADERA FRUTA	ACELGAS REHOGADAS CON PATATA Y ZANAHORIA ESCALOPE DE POLLO CON ENSALADA FRUTA	PATATAS GUIADAS CON VERDURAS HAMBURGUESA DE PESCADO CON CALABACÍN FRUTA	ENSALADA CÉSAR LOMO FRESCO ASADO CON PATATAS AL VAPOR YOGUR	MACARRONES CON TOMATE CROQUETAS DE JAMÓN CON ENSALADA FRUTA

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

EL ENEBRAL



JUNIO / JUNE 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 **ALÉRGENOS**.

ADO: Alérgenos de Declaración Obligatoria



Día Mundial del Medio Ambiente

5 de junio de 2018

DÍA MEDIO AMBIENTE

Ensalada de pasta con atún
Pasta salad with tuna

ADO: GLUTEN, HUEVO, PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS

Merluza romana con lechuga, tomate y maíz
Battered hake with lettuce, tomatoes and corn salad

ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan(gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / **Fruit, milk, bread**

4

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
750	32	32	85

Judías pintas con arroz
Beans stew with rice

ADO: GLUTEN, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA

F. rusos con tomate y patatas
Mince meat fillet with tomato sauce and fries

ADO: SOJA, SULFITOS Y SULFUROSOS

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan(gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / **Fruit, milk, bread**

5

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
781	33	26	104

Brócoli rehogado
Sauteed broccoli

Huevos villarroy con lechuga y tomate
Egg with cream sauce with lettuce and tomatoes salad
ADO: HUEVO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS, PESCADO, APIO, MOSTAZA, SOJA, LÁCTEOS Y DERIVADOS, GLUTEN, SULFITOS

Yogur (lácteos y derivados) y pan integral(gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / **Yogurt, bread**

6

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
614	21	37	49

Lentejas con verduras
Lentils with vegetables

ADO: GLUTEN

Pavo quisado con patatas
Turkey stew with potatoes

ADO: APIO

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan(gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / **Fruit, milk, bread**

7

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
761	44	25	90

1

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
613	22	30	65

Crema de verduras frescas
Cream of fresh vegetables

Bacalao romano con ensalada lechuga, maíz, remolacha
Battered cod with lettuce, corn and beetroot salad

ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan(gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / **Fruit, milk, bread**

8

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
675	25	28	81

Macarrones integrales con queso
Macaroni with cheese

ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, HUEVO, GLUTEN

F. limanda con lechuga, maíz y tomate
Sole fillet with lettuce, corn and tomatoes salad

ADO: PESCADO

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan(gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / **Fruit, milk, bread**

11

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
670	32	19	94

Judías verdes con tomate
Green beans with tomato sauce

Lomo fresco con patatas fritas
Tenderloin pork with fries

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan(gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / **Fruit, milk, bread**

12

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
779	26	41	76

FESTIVO

13

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.

Alubias blancas con verduras
White beans with vegetables

ADO: GLUTEN

F. pollo plancha con lechuga, tomate y zanahoria
Grilled chicken steak with lettuce, tomatoes and carrot salad

Helado (gluten, soja, lácteos y derivados) y pan(gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / **Ice-cream, bread**

14

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
606	30	21	75

Arroz con salchichas
Rice with sausages

ADO: SOJA

Merluza en salsa verde
Hake in green sauce

ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan(gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / **Fruit, milk, bread**

15

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
746	30	28	94

Lentejas estofadas
Lentils stew

ADO: GLUTEN

Tortilla paisana con lechuga, remolacha y maíz
Potatoes, sausage and peas omelette with lettuce, beetroot and corn salad

ADO: HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan(gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / **Fruit, milk, bread**

18

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
768	31	31	92

Espaguetis con carne picada y orégano
Spaguettis with mince meat and oregano

ADO: GLUTEN, HUEVO

Fritura de pescado con lechuga, tomate, aceitunas
Fried fish with lettuce, tomatoes and olives salad

ADO: GLUTEN, PESCADO, SOJA, LÁCTEOS Y DERIVADOS, MOLUSCOS, HUEVO

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan(gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / **Fruit, milk, bread**

19

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
780	31	32	92

Guisantes salteados con jamón
Sauteed peas with ham

ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS

Estofado de ternera con patatas, tomate, pimiento
Beef stew with potatoes, pepper and tomatoes

ADO: APIO

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral(gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / **Fruit, milk, bread**

20

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
824	42	37	82

Arroz integral con tomate
Rice with tomato sauce

Lacón al horno con patatas panadera
Baked lacon with baked potatoes

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan(gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / **Fruit, milk, bread**

21

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
743	25	31	92

**COMIDA ESPECIAL FIN DE CURSO
SPECIAL MEAL END OF COURSE**

22

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.