

## 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

**El Enebral SIN PESCADO**



**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 **ALÉRGENOS**.

ADO: Alérgenos de Declaración Obligatoria



**Día Mundial del Medio Ambiente**

5 de junio de 2018

Ensalada de pasta (sin atún)

ADO: GLUTEN, HUEVO

Salchichas de pavo con lechuga, tomate y maíz

ADO: SOJA

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

<b>4</b>	Kcal. 739	Prot. 31	Lip 34	H.C. 77
----------	-----------	----------	--------	---------

**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>5</b>	Kcal. 781	Prot. 33	Lip 26	H.C. 104
----------	-----------	----------	--------	----------

Brócoli rehogado

Tortilla de jamón con lechuga y tomate

ADO: HUEVO, SOJA

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

<b>6</b>	Kcal. 522	Prot. 22	Lip 29	H.C. 43
----------	-----------	----------	--------	---------

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>7</b>	Kcal. 761	Prot. 44	Lip 25	H.C. 90
----------	-----------	----------	--------	---------

Judías verdes rehogadas

Tortilla española con lechuga, tomate y zanahoria

ADO: HUEVO

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

<b>1</b>	Kcal. 613	Prot. 22	Lip 30	H.C. 65
----------	-----------	----------	--------	---------

Crema de verduras frescas

Escalope de pollo con ensalada

lechuga, maíz, remolacha

ADO: HUEVO, GLUTEN

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

<b>8</b>	Kcal. 759	Prot. 28	Lip 33	H.C. 87
----------	-----------	----------	--------	---------

Macarrones integrales con queso

ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, HUEVO, GLUTEN

Tortilla de espinacas con lechuga, maíz y tomate

ADO: HUEVO

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

<b>11</b>	Kcal. 708	Prot. 26	Lip 25	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
-----------	-----------	----------	--------	---------

**FESTIVO**

<b>13</b>				
-----------	--	--	--	--

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

Ragout de ternera con patatas

ADO: APIO

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

<b>15</b>	Kcal. 765	Prot. 30	Lip 33	H.C. 87
-----------	-----------	----------	--------	---------

Lentejas estofadas

ADO: GLUTEN

Tortilla paisana con lechuga, remolacha y maíz

ADO: HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA

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

<b>18</b>	Kcal. 768	Prot. 31	Lip 31	H.C. 92
-----------	-----------	----------	--------	---------

Espaguetis con carne picada y orégano

ADO: GLUTEN, HUEVO

Salchichas frescas con lechuga, tomate, aceitunas

ADO: SULFITOS Y SULFUROSOS

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

<b>19</b>	Kcal. 739	Prot. 24	Lip 30	H.C. 93
-----------	-----------	----------	--------	---------

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 integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

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

Arroz integral 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>				
-----------	--	--	--	--