

Sugerencias para la cena

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES

Informe del Servicio del Comedor Escolar

Alumno/a: Nivel:

NORMAS	SÍ	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"/>
RESPETA AL PERSONAL DEL COMEDOR	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
RESPETA 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:

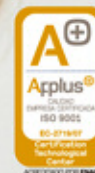
Ficha técnica de platos contactar en:
www.pargaylopez.com

Menú ESCOLAR

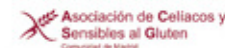


Parga y López

Servicio de
alimentación a
colectividades



EMPRESA COLABORADORA CON:



C/ Flora Tristán 10 - 28919 Leganés (MADRID)
 Telf.: 91 478 42 39 / Fax: 91 478 94 63
 info@pargaylopez.com • www.pargaylopez.com

El Enebral CELÍACOS

JUNIO 2019

Lunes/Monday

Martes/Tuesday

Miércoles/Wednesday

Jueves/Thursday

Viernes/Friday

Menú elaborado por el departamento de nutrición de PARGA Y LÓPEZ, S.L.

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

ADO: Alérgenos de Declaración Obligatoria

3

Lentejas estofadas con verduras
Tortilla española con lechuga, tomate y maíz
ADO: HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
761	31	28	97

4

Macarrones con chorizo y tomate (pasta sin gluten)
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA
Merluza al horno con huevo y guisantes
ADO: PESCADO, HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
728	32	22	100

5

Judías pintas con arroz
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA
Magro con tomate, patata, pimiento, cebolla
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
879	34	39	98

6

Brócoli rehogado con mayonesa
ADO: HUEVO
F. pollo plancha con patatas panadera
Yogur (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
662	34	36	51

7

Patatas guisadas a la riojana
ADO: SOJA
Bonito horno con pisto
ADO: PESCADO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
901	37	39	100

10

Ensalada de pasta con tomate, atún y maíz (pasta sin gluten)
ADO: SOJA, PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS
F. de rapea la plancha con verduritas hervidas
ADO: PESCADO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
728	40	24	88

11

Judías verdes con tomate
Cinta de lomo plancha con patatas fritas
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
857	28	49	76

12

Potaje castellano con huevo, chorizo
ADO: HUEVO, SOJA
Bacalao a la plancha con lechuga, tomate y maíz
ADO: PESCADO
Helado (sin gluten) (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
710	41	26	79

13

Crema de zanahorias
ADO: APIO
Ternera guisada con verduras y patatas dado
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
807	26	36	95

14

Paella valenciana
ADO: CRUSTÁCEOS, PESCADOS, MOLUSCOS, SULFITOS Y SULFUROSOS
Tortilla de jamón con calabacín a la plancha
ADO: HUEVO, SOJA
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
774	32	30	95

17

Espaguetis gratinados con tomate y queso (pasta sin gluten)
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA
Merluza enharinada con lechuga, tomate y remolacha (maicena)
ADO: PESCADO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
929	42	40	100

18

Crema de champiñón
Hamburguesa con verduras y patatas dado
ADO: SOJA
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
831	28	36	99

19

Lentejas guisadas con verduras y chorizo
ADO: SOJA
Pollo al horno y patatas
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
980	64	36	101

20

Arroz blanco rehogado con tomate
Lacon a la gallega con patatas al vapor
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
613	23	26	73

21

**COMIDA ESPECIAL
FIN DE CURSO**



5 de Junio
Día del Medio Ambiente

