

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 sienta correctamente en las sillas y cubitos	<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"/>
1º Plato	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2º Plato	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Postre	<input type="checkbox"/>	<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"/>
Respeto al personal del comedor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Respeto a sus compañeros	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Participa en talleres	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Monitor:

Para más ideas de platos contactar en:
www.pargaylopez.com

Parga y López



Menú escolar



Servicio de alimentación a colectividades

C/ Flora Tristán 10, 28919 Logroño (MADRID) • Telf.: 91 478 42 39 / Fax: 91 478 94 63
WEB: pargaylopez.com • EMAIL: info@pargaylopez.com



Colegio/School

Ntra. Sra. de la Paloma SIN HUEVO, SIN LACTOSA

Parga y López

Mes/Month

ABRIL 2017



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

Lentejas con verduras

ADO: GLUTEN

Cinta de lomo a la plancha con ensalada de
lechuga, tomate y cebolla

Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y
sulfurosos, sésamo)

DÍA 3

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
776	30	35	85

Arroz blanco con tomate

Ragout de pavo con zanahorias y puré de patata

ADO: APIO

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

DÍA 4

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
733	32	27	91

Potaje Gitano: Garbanzos, judías blancas y bacalao
ADO: PESCADO

Merluza a la plancha con ensalada de
lechuga, zanahoria y maíz

ADO: PESCADO

Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y
sulfurosos, sésamo)

DÍA 5

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
574	29	15	81

Brócoli rehogado

Albóndigas con verdura y patatas fritas

ADO: APIO, SOJA, GLUTEN, SULFITOS Y SULFUROSOS

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

DÍA 6

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
715	28	36	68

NO LECTIVO

DÍA 10

DÍA 11

DÍA 12

DÍA 13

DÍA 14

VACACIONES DE SEMANA SANTA

NO LECTIVO

DÍA 17

DÍA 18

DÍA 19

DÍA 20

DÍA 21

Macarrones con tomate

ADO: HUEVO, GLUTEN

Merluza a la plancha con
ensalada de lechuga y zanahoria

ADO: PESCADO

Piña en su jugo y pan integral (gluten, soja,
sulfitos y sulfurosos, sésamo)

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
564	25	11	92

Judías verdes con patatas rehogadas

Jamoncitos de pollo asados con champiñón

Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y
sulfurosos, sésamo)

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
607	31	23	69

Judías blancas con verduras

ADO: GLUTEN

Bacalao al horno con ensalada de lechuga y tomate

ADO: PESCADO

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

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
595	28	14	89

Arroz caldoso con calamares

ADO: MOLUSCOS

Salchichas frescas a la plancha con
ensalada de lechuga, tomate y maíz

ADO: SULFITOS Y SULFUROSOS

Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y
sulfurosos, sésamo)

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
839	25	30	117

Espaguetis con tomate (pasta sin huevo)

ADO: SOJA

Salmón al horno con ensalada
de lechuga, maíz y remolacha

ADO: PESCADO

Fruta y pan (gluten, soja,
sulfitos y sulfurosos, sésamo)

DÍA 24

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
628	24	20	87

Lentejas guisadas con verduras

ADO: GLUTEN

Salchichas de pavo con ensalada
de lechuga, tomate y cebolla

ADO: SOJA

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

DÍA 25

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
685	31	24	86

Sopa de cocido (fideos sin huevo)

ADO: SOJA

Cocido madrileño (sin gallina, sin morcilla)

ADO: SOJA

Yogur de soja (soja) y pan (gluten, soja,
sulfitos y sulfurosos, sésamo)

DÍA 26

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
551	22	12	86

Fideuá (fideos sin huevo)

ADO: SOJA, CRUSTÁCEOS, PESCADO,
MOLUSCOS, SULFITOS Y SULFUROSOS

F. de platija a la plancha con ensalada de
lechuga, aceitunas y zanahoria

ADO: PESCADO

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

DÍA 27

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
656	35	19	87

Verduras frescas trituradas

ADO: APIO

Estofado de ternera con arroz y zanahoria

ADO: APIO

Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y
sulfurosos, sésamo)

DÍA 28

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
747	30	26	99