

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	●	●	●
Se sitúa correctamente en las entradas y salidas	●	●	●
Se comporta con decoración en la mesa	●	●	●
Comer bien habitualmente	1º Plato	●	●
	2º Plato	●	●
	Pestón	●	●
Habla con tono moderado	●	●	●
Cuida el menaje, mobiliario, juegos	●	●	●
Respeto al personal del comedor	●	●	●
Respeto a sus compañeros	●	●	●
Participa en tutorías	●	●	●

Monitor:

Puedes tener de platos contactar con:
www.pargaylopez.com

 **Parga y López**

EMPRESA COLABORADORA CON



**Menú School menu
escolar**



Servicio de alimentación a colectividades

C/ Flora Tristán 10, 28919 Leganés (MADRID) • Tel.: 91 478 42 39 / Fax: 91 478 94 63
www.pargaylopez.com • [EMAIL: info@pargaylopez.com](mailto:info@pargaylopez.com)



Colegio / School

Ntra. Sra. de la Paloma SIN PESCADO**Lunes / Monday****Martes / Tuesday****Miércoles / Wednesday****Jueves / Thursday****ABRIL 2017**

Parga y López



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

Tortilla de calabacín con ensalada de
lechuga, tomate y cebolla

ADO: HUEVO

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

dia 3	KCAL 697	Proteínas (g) 29	Lípidos (g) 24	Hidratos (g) 91
--------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Arroz blanco con tomate

Ragout de pavo con zanahorias y puré de patata

ADO: APIO

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

dia 4	KCAL 800	Proteínas (g) 36	Lípidos (g) 31	Hidratos (g) 95
--------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Garbanzos estofados

Sajonia a la pancha con ensalada de
lechuga, zanahoria y maíz

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

dia 5	KCAL 807	Proteínas (g) 31	Lípidos (g) 38	Hidratos (g) 85
--------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Brócoli con mayonesa

ADO: HUEVO

Albóndigas con verdura y patatas fritas

ADO: APIO, SOJA, GLUTEN, SULFITOS Y SULFUROSOS

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

dia 6	KCAL 772	Proteínas (g) 30	Lípidos (g) 45	Hidratos (g) 62
--------------	----------	------------------	----------------	-----------------

NO LECTIVO**dia 10**

VACACIONES DE SEMANA SANTA

dia 11**dia 12****dia 13****dia 14****NO LECTIVO****dia 17**

Macarrones con salsa de tomate y queso

ADO: GLUTEN, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS

Croquetas de jamón con ensalada
de lechuga y zanahoria

ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, GLUTEN, APIO

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

dia 18	KCAL 642	Proteínas (g) 21	Lípidos (g) 11	Hidratos (g) 115
---------------	----------	------------------	----------------	------------------

Judías verdes con patatas rehogadas

Jamoncitos de pollo asados con champiñón

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

dia 19	KCAL 674	Proteínas (g) 35	Lípidos (g) 27	Hidratos (g) 73
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Judías blancas con verduras

ADO: GLUTEN

Filete de pollo a la plancha con pisto

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

dia 20	KCAL 647	Proteínas (g) 34	Lípidos (g) 18	Hidratos (g) 88
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Arroz con verduras

Tortilla de espinacas con ensalada
de lechuga, tomate y maíz

ADO: HUEVO

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

dia 21	KCAL 669	Proteínas (g) 20	Lípidos (g) 27	Hidratos (g) 87
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Espaguetis con tomate y jamón

ADO: GLUTEN, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA

Lomo de sajonia a la plancha con ensalada
de lechuga, maíz y remolacha

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

dia 24	KCAL 835	Proteínas (g) 29	Lípidos (g) 39	Hidratos (g) 92
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Lentejas guisadas con verduras

ADO: GLUTEN

Tortilla española con ensalada
de lechuga, tomate y cebolla

ADO: HUEVO

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

dia 25	KCAL 761	Proteínas (g) 31	Lípidos (g) 28	Hidratos (g) 97
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Sopa de cocido

ADO: GLUTEN, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA

Cocido madrileño

ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, HUEVO

Helado (lácteos y derivados, frutos de
cáscara, huevo, soja, gluten) y pan integral
(gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

dia 26	KCAL 611	Proteínas (g) 23	Lípidos (g) 20	Hidratos (g) 87
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Arroz con magro

Filete de ternera a la plancha con ensalada
de lechuga, aceitunas y zanahoria

Fruta, leche (lácteos y derivados, frutos de
cáscara, huevo, soja, gluten) y pan integral
(gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

dia 27	KCAL 808	Proteínas (g) 31	Lípidos (g) 39	Hidratos (g) 84
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Verduras frescas trituradas

ADO: APIO

Estofado de ternera con arroz y zanahoria

ADO: APIO

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

dia 28	KCAL 814	Proteínas (g) 33	Lípidos (g) 30	Hidratos (g) 104
---------------	----------	------------------	----------------	------------------