

## 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 sienta correctamente en las sillas y sillas	●	●	●
Se comporta con decorum en la mesa	●	●	●
	1º Piso	●	●
Come bien habitualmente	2º Piso	●	●
	Piso	●	●
Habla con tono moderado	●	●	●
Cuida el menaje, mobiliario, juegos	●	●	●
Respeto al personal del comedor	●	●	●
Respeto a sus compañeros	●	●	●
Participa en tertulias	●	●	●

Monitor:

Pieza técnica de platos contactar en:  
[www.pargaylopez.com](http://www.pargaylopez.com)

 **Parga y López**

IMPRESA  
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](http://www.pargaylopez.com) • EMAIL: [info@pargaylopez.com](mailto:info@pargaylopez.com)



# Colegio / School

**Ntra. Sra. de la Paloma SIN PROT/LACTOSA****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 y pan (gluten, soja, sulfitos y  
sulfuroso, sésamo)

<b>dia 3</b>	KCAL 621	Proteinas (g) 27	Lipidos (g) 24	Hidratos (g) 74
--------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Arroz blanco con tomate

Ragout de pavo con zanahorias y puré de patata

ADO: APIO

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

<b>dia 4</b>	KCAL 733	Proteinas (g) 32	Lipidos (g) 27	Hidratos (g) 91
--------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Potaje Gitano: Garbanzos, judías blancas y bacalao

ADO: PESCADO

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

ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN

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

<b>dia 5</b>	KCAL 678	Proteinas (g) 30	Lipidos (g) 23	Hidratos (g) 88
--------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Brócoli con mayonesa

ADO: HUEVO

Albóndigas con verduras y patatas fritas

ADO: APIO, SOJA, GLUTEN, SULFITOS Y SULFUROSOS

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

<b>dia 6</b>	KCAL 772	Proteinas (g) 30	Lipidos (g) 45	Hidratos (g) 62
--------------	----------	------------------	----------------	-----------------

**NO LECTIVO****dia 7****dia 10****NO LECTIVO****dia 17**

Espaguetis con tomate

ADO: GLUTEN, HUEVO

Salmón al horno con ensalada de  
lechuga, maíz y remolacha

ADO: PESCADO

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

<b>dia 24</b>	KCAL 628	Proteinas (g) 24	Lipidos (g) 20	Hidratos (g) 87
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

## VACACIONES DE SEMANA SANTA

**dia 11****dia 12****dia 13****dia 14**

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 sulfuroso, sésamo)

<b>dia 18</b>	KCAL 564	Proteinas (g) 25	Lipidos (g) 11	Hidratos (g) 92
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Judías verdes con patatas rehogadas

Jamoncitos de pollo asados con champiñón

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

<b>dia 19</b>	KCAL 607	Proteinas (g) 31	Lipidos (g) 23	Hidratos (g) 69
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Judías blancas con verduras

ADO: GLUTEN

Bacalao con pisto

ADO: PESCADO, GLUTEN, HUEVO

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

<b>dia 20</b>	KCAL 595	Proteinas (g) 28	Lipidos (g) 14	Hidratos (g) 89
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Arroz caldoso con calamares

ADO: MOLUSCOS

Tortilla de espinacas con ensalada de  
lechuga, tomate y maíz

ADO: HUEVO

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

<b>dia 21</b>	KCAL 769	Proteinas (g) 24	Lipidos (g) 23	Hidratos (g) 117
---------------	----------	------------------	----------------	------------------

Lentejas guisadas con verduras

ADO: GLUTEN

Tortilla española con ensalada de  
lechuga, tomate y cebolla

ADO: HUEVO

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

<b>dia 25</b>	KCAL 694	Proteinas (g) 28	Lipidos (g) 24	Hidratos (g) 92
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Sopa de cocido

ADO: GLUTEN, HUEVO, CRUSTÁCEOS, PESCADO,  
MOLUSCOS, SULFITOS Y SULFUROSOS

Cocido completo (sin morcilla)

ADO: SOJA, HUEVO

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

<b>dia 26</b>	KCAL 551	Proteinas (g) 22	Lipidos (g) 12	Hidratos (g) 86
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Fideuá

ADO: GLUTEN, HUEVO, CRUSTÁCEOS, PESCADO,  
MOLUSCOS, SULFITOS Y SULFUROSOSF. de platija romana con ensalada de  
lechuga, aceitunas y zanahoria

ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN

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

<b>dia 27</b>	KCAL 760	Proteinas (g) 36	Lipidos (g) 27	Hidratos (g) 94
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Verduras frescas trituradas

ADO: APIO

Estofado de ternera con arroz y zanahoria

ADO: APIO

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

<b>dia 28</b>	KCAL 747	Proteinas (g) 30	Lipidos (g) 26	Hidratos (g) 99
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------