

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"/>
Come bien habitualmente	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"/>
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 técnica 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 PROT/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

Tortilla de calabacín con ensalada de
lechuga, tomate y cebolla

ADO: HUEVO

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

DIAS
3

KCAL
621

Proteínas (g)
27

Lípidos (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
sulfurosos, sésamo)

DIAS
4

KCAL
733

Proteínas (g)
32

Lípidos (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
sulfurosos, sésamo)

DIAS
5

KCAL
678

Proteínas (g)
30

Lípidos (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 sulfurosos, sésamo)

DIAS
6

KCAL
772

Proteínas (g)
30

Lípidos (g)
45

Hidratos (g)
62

NO LECTIVO

DIAS
10

DIAS
11

DIAS
12

DIAS
13

DIAS
14

VACACIONES DE SEMANA SANTA

NO LECTIVO

DIAS
17

DIAS
18

DIAS
19

DIAS
20

DIAS
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
564

Proteínas (g)
25

Lípidos (g)
11

Hidratos (g)
92

Judías verdes con patatas rehogadas

Jamoncitos de pollo asados con champiñón

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

KCAL
607

Proteínas (g)
31

Lípidos (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
sulfurosos, sésamo)

KCAL
595

Proteínas (g)
28

Lípidos (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
sulfurosos, sésamo)

KCAL
769

Proteínas (g)
24

Lípidos (g)
23

Hidratos (g)
117

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
sulfurosos, sésamo)

DIAS
24

KCAL
628

Proteínas (g)
24

Lípidos (g)
20

Hidratos (g)
87

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
sulfurosos, sésamo)

DIAS
25

KCAL
694

Proteínas (g)
28

Lípidos (g)
24

Hidratos (g)
92

Sopa de cocido

ADO: GLUTEN, HUEVO, SOJA

Cocido completo (sin morcilla)

ADO: SOJA, HUEVO

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

DIAS
26

KCAL
551

Proteínas (g)
22

Lípidos (g)
12

Hidratos (g)
86

Fideuá

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

F. de platija romana con ensalada de
lechuga, aceitunas y zanahoria

ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN

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

DIAS
27

KCAL
760

Proteínas (g)
36

Lípidos (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
sulfurosos, sésamo)

DIAS
28

KCAL
747

Proteínas (g)
30

Lípidos (g)
26

Hidratos (g)
99