

## 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"/>
	Postro	<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: \_\_\_\_\_

Ficha técnica de platos contactar en:  
[www.pargaylopez.com](http://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](http://pargaylopez.com) • EMAIL: [info@pargaylopez.com](mailto:info@pargaylopez.com)



Colegio/School

Ntra. Sra. de la Paloma CELÍACOS

Parga y López

Mes/Month

MAYO 2017



Lunes/Monday

Martes/Tuesday

Miércoles/Wednesday

Jueves/Thursday

Viernes/Friday

FIESTA

1

FIESTA

2

Arroz con tomate  
Merluza al horno con calabacín a la plancha  
ADO: PESCADO  
Fruta, leche (lácteos y derivados)  
y pan sin gluten (altramuces)

8

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
569	23	20	75

Judías pintas estofadas con verduras  
ADO: HUEVO  
Tortilla de jamón con ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
ADO: HUEVO, SOJA  
Fruta, leche (lácteos y derivados)  
y pan sin gluten (altramuces)

9

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
681	27	26	85

Macarrones con tomate  
ADO: SOJA  
Tortilla de atún con lechuga y zanahoria  
ADO: HUEVO, PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS  
Piña en su jugo, leche (lácteos y derivados)  
y pan sin gluten (altramuces)

3

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
699	25	23	97

Crema de espinacas  
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS  
Jamoncitos de pollo guisados con arroz  
ADO: APIO  
Yogur (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

4

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
597	28	19	79

Lentejas con verduras  
Bacalao al horno con ensalada de lechuga y maíz  
ADO: PESCADO  
Fruta, leche (lácteos y derivados)  
y pan sin gluten (altramuces)

5

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
597	33	12	88

FIESTA

15

Ensalada de pasta  
ADO: SOJA, PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS, HUEVO  
F. de merluza al horno con lechuga, cebolla y tomate  
ADO: PESCADO  
Fruta, leche (lácteos y derivados)  
y pan sin gluten (altramuces)

22

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
642	31	24	77

Espaguetis con queso y salsa de tomate  
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, HUEVO, SOJA  
Lomo de sajonia con ensalada  
Fruta, leche (lácteos y derivados)  
y pan sin gluten (altramuces)

16

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
832	31	38	92

Lentejas estofadas  
Filete de platija al horno con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria  
ADO: PESCADO  
Fruta, leche (lácteos y derivados)  
y pan sin gluten (altramuces)

17

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
659	34	18	91

Arroz tres delicias  
ADO: HUEVO, SOJA  
Filete pollo plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y aceituna  
Fruta, leche (lácteos y derivados)  
y pan sin gluten (altramuces)

18

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
701	29	28	85

Crema de verduras frescas  
ADO: APIO  
Estofado de ternera con zanahorias y patatas fritas  
ADO: APIO  
Yogur (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

19

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
806	33	39	82

Lentejas estofadas  
Tortilla paisana con ensalada de lechuga, remolacha y tomate  
ADO: HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA  
Fruta, leche (lácteos y derivados)  
y pan sin gluten (altramuces)

29

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
768	31	31	92

Brócoli con mahonesa  
ADO: HUEVO  
Pollo asado con patatas fritas  
Fruta, leche (lácteos y derivados)  
y pan sin gluten (altramuces)

30

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
720	30	34	74

Patatas guisadas con magro  
Filete de platija al horno con menestra de verduras  
ADO: PESCADO  
Yogur (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

31

KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
665	31	21	89

En cumplimiento del RD 126/2015,  
disponemos en nuestras cocinas de la  
información relativa a **ALERGENOS**.  
ADO: Alérgenos de Declaración Obligatoria