

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 salidas	<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: _____

Ficha técnica de platos contactar en:
www.pargaylopez.com



Parga y López



Menú escolar



Servicio de alimentación a colectividades

C/ Flora Tristán 10, 28919 Loganes (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 CELÍACOS

Parga y López

Mes/ Month

JUNIO 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

Ensalada de patata
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)
	654	28	23	84

Judías pintas con verduras
Tortilla de calabacín con
lechuga, zanahoria y manzana
ADO: HUEVO
Natillas (lácteos y derivados), leche (lácteos
y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

6	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	645	23	20	78

Judías verdes con tomate
Ragú de pollo con patatas
ADO: APIO
Fruta, leche (lácteos y derivados)
y pan sin gluten (altramuces)

7	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	738	30	34	79

Paella de marisco
ADO: CRUSTÁCEOS, PESCADOS,
MOLUSCOS, SULFITOS Y SULFUROSOS

Salmón a la plancha con ensalada
de lechuga y tomate
ADO: PESCADO

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin

1	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	725	31	30	82

Puré de verduras
ADO: APIO

Chuleta de cerdo con tomate y verduras
Fruta, leche (lácteos y derivados)
y pan sin gluten (altramuces)

2	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	868	26	53	72

Espaguetis carbonara (pasta sin gluten)
ADO: SOJA, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS
F. de platija con lechuga, tomate y remolacha
ADO: PESCADO

Fruta, leche (lácteos y derivados)
y pan sin gluten (altramuces)

12	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	670	31	21	91

Alubias blancas estofadas
ADO: HUEVO
Tortilla de patatas con ensalada
ADO: HUEVO

Fruta, leche (lácteos y derivados)
y pan sin gluten (altramuces)

13	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	721	28	27	91

Crema de calabacín
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS
Hamburguesa a la plancha con patata panadera
ADO: SOJA

Fruta, leche (lácteos y derivados)
y pan sin gluten (altramuces)

14	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	831	28	36	100

Lentejas con verduras
Filete de palometa a la plancha con
ensalada de lechuga y zanahoria
ADO: PESCADO

Fruta, leche (lácteos y derivados)
y pan sin gluten (altramuces)

15	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	665	34	18	93

Arroz con tomate
F. pollo plancha con lechuga, manzana y zanahoria
Yogur (lácteos y derivados)
y pan sin gluten (altramuces)

16	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	543	26	23	58

Macarrones con tomate y queso (pasta sin gluten)
ADO: SOJA, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS
Tortilla de jamón con lechuga, zanahoria y maíz
ADO: HUEVO, SOJA

Fruta, leche (lácteos y derivados)
y pan sin gluten (altramuces)

19	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	732	28	27	94

Judías verdes con aceite y vinagre
Ragu de ternera con zanahoria y arroz
ADO: APIO

Fruta, leche (lácteos y derivados)
y pan sin gluten (altramuces)

20	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	686	28	28	81

Puchero de garbanzos
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, APIO
Merluza a la plancha con lechuga y maíz
ADO: PESCADO

Fruta, leche (lácteos y derivados)
y pan sin gluten (altramuces)

21	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
	634	32	19	85

**COMIDA ESPECIAL
FIN DE CURSO**

22	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)