

Sugerencias para la cena

Lunes	Martes	Miercoles	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="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Se sienta correctamente en las entradas y salidas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Se comporta bien comiendo en la mesa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Come bien habitualmente	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Habla con tono moderado	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Cuida el menaje, mobiliario, juegos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Respeto al personal del comedor	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Respeto a sus compañeros	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Participa en bocanadas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Monitor:

Puedes tener de platos contactar en:
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 CELÍACOS

Lunes / Monday

Martes / Tuesday

Miércoles / Wednesday

Parga y López

Mes / Month

JUNIO 2017



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 654 | Proteínas (g) 28 | Lipidos (g) 23 | Hidratos (g) 84

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 670 | Proteínas (g) 31 | Lipidos (g) 21 | Hidratos (g) 91

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 732 | Proteínas (g) 28 | Lipidos (g) 27 | Hidratos (g) 94

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 645 | Proteínas (g) 23 | Lipidos (g) 20 | Hidratos (g) 78

Alubias blancas estofadas
Tortilla de patatas con ensalada
ADO: HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados)
y pan sin gluten (altramuces)

13 KCAL 721 | Proteínas (g) 28 | Lipidos (g) 27 | Hidratos (g) 91

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 688 | Proteínas (g) 28 | Lipidos (g) 28 | Hidratos (g) 81

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

7 KCAL 738 | Proteínas (g) 30 | Lipidos (g) 34 | Hidratos (g) 79

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 831 | Proteínas (g) 28 | Lipidos (g) 36 | Hidratos (g) 100

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 634 | Proteínas (g) 32 | Lipidos (g) 19 | Hidratos (g) 85

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 725 | Proteínas (g) 31 | Lipidos (g) 30 | Hidratos (g) 82

Macarrones con tomate, jamón
y queso (pasta sin gluten)

ADO: HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA

Lomo de cerdo a la plancha con
lechuga, tomate y aceitunas

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

8 KCAL 848 | Proteínas (g) 29 | Lipidos (g) 41 | Hidratos (g) 92

Puré de zanahorias
ADO: APIO

F. merluza a la plancha con lechuga, maíz y cebolla
ADO: PESCADO

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

9 KCAL 561 | Proteínas (g) 24 | Lipidos (g) 18 | Hidratos (g) 77

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 665 | Proteínas (g) 34 | Lipidos (g) 18 | Hidratos (g) 93

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

16 KCAL 543 | Proteínas (g) 26 | Lipidos (g) 23 | Hidratos (g) 58

COMIDA ESPECIAL
FIN DE CURSO

22 KCAL | Proteínas (g) | Lipidos (g) | Hidratos (g)