

Sugerencias para la cena

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES

Informe del Servicio del Comedor Escolar

Alumno/a: Nivel

NORMAS	SÍ	NO	A VECES
SE lava las manos antes de comer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
SE SITÚA CORRECTAMENTE EN LAS ENTRADAS 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"/>
COME BIEN HABITUALMENTE	<input type="checkbox"/> 1 ^º PLATO <input type="checkbox"/> 2 ^º PLATO <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"/>
RESPETA AL PERSONAL DEL COMEDOR	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
RESPETA A SUS COMPAÑEROS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
PARTICIPA EN TALLERES/JUEGOS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Monitor:

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

 **Parga y López**

Servicio de alimentación a colectividades

Eres lo que comes.



C/ Flora Tristán 10
28919 Leganés (MADRID)
Telf.: 91 478 42 39
Fax: 91 478 94 63
info@pargaylopez.com

www.pargaylopez.com

**Menú
Escolar**



EMPRESA
COLABORADORA CON:



Ntra. Sra. de la Paloma SIN HUEVO, SIN LACTOSA



OCTUBRE 2017

Lunes/Monday

Martes/Tuesday

Miércoles/Wednesday

Jueves/Thursday

Viernes/Friday

Macarrones con tomate (pasta sin huevo)

ADO: SOJA

F. de platija al horno con ensalada de lechuga y tomate

ADO: PESCADO

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

dia 2	KCAL 557	Proteinas (g) 25	Lípidos (g) 11	Hidratos (g) 89
--------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Espaguetis al ajillo (pasta sin huevo)

ADO: SOJA

Bacalao a la plancha con pisto

ADO: PESCADO

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

dia 9	KCAL 566	Proteinas (g) 26	Lípidos (g) 11	Hidratos (g) 90
--------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Arroz con verduras

Filete de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y remolacha

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

dia 16	KCAL 612	Proteinas (g) 24	Lípidos (g) 22	Hidratos (g) 80
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Macarrones con tomate (pasta sin huevo)

ADO: SOJA

Bacalao al horno con berenjena a la plancha

ADO: PESCADO

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

dia 23	KCAL 545	Proteinas (g) 25	Lípidos (g) 11	Hidratos (g) 87
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Espaguetis con tomate (pasta sin huevo)

ADO: SOJA

Merluza al horno con ensalada de lechuga, maiz y zanahoria

ADO: PESCADO

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

dia 30	KCAL 561	Proteinas (g) 25	Lípidos (g) 11	Hidratos (g) 90
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Lentejas con verduras

ADO: GLUTEN

Ternera a la plancha con berenjena a la plancha

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

dia 3	KCAL 580	Proteinas (g) 29	Lípidos (g) 22	Hidratos (g) 68
--------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Puré de verduras frescas/aceglas, puerro, apio, patata

ADO: APIO

F. de pollo plancha con ensalada de lechuga, tomate y maiz

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

dia 4	KCAL 531	Proteinas (g) 22	Lípidos (g) 17	Hidratos (g) 72
--------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Sopa de cocido con fideos (fideos sin huevo)

ADO: GLUTEN, SOJA

Cocido/pollo, morcillo, repollo (sin morcilla, sin gallina)

ADO: SOJA

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

dia 11	KCAL 556	Proteinas (g) 20	Lípidos (g) 11	Hidratos (g) 94
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Puré de zanahoria

ADO: APIO

Muslitos de pollo con arroz

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

dia 10	KCAL 552	Proteinas (g) 26	Lípidos (g) 12	Hidratos (g) 84
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Judías blancas con verduras

ADO: GLUTEN

Platija al horno con pisto

ADO: PESCADO

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

dia 17	KCAL 543	Proteinas (g) 28	Lípidos (g) 10	Hidratos (g) 85
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Lentejas con verduras/pimiento, zanahoria, patata

ADO: GLUTEN

Pollo asado con champiñones

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

dia 24	KCAL 558	Proteinas (g) 33	Lípidos (g) 10	Hidratos (g) 84
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Sopa de cocido con fideos (fideos sin huevo)

ADO: GLUTEN, SOJA

Cocido/pollo, morcillo, repollo (sin morcilla, sin gallina)

ADO: SOJA

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

dia 31	KCAL 556	Proteinas (g) 20	Lípidos (g) 11	Hidratos (g) 94
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Coliflor rehogada

Ragú de pavo con patatas

ADO: APIO

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

dia 18	KCAL 695	Proteinas (g) 35	Lípidos (g) 34	Hidratos (g) 60
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Judías verdes portuguesa

ADO: MOLUSCOS

Lomo fresco con patatas dado

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

dia 25	KCAL 785	Proteinas (g) 26	Lípidos (g) 46	Hidratos (g) 64
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Arroz caldoso con marisco

ADO: MOLUSCOS

Salmón con salsa de naranja y ensalada de lechuga y tomate

ADO: PESCADO

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

dia 19	KCAL 566	Proteinas (g) 23	Lípidos (g) 25	Hidratos (g) 63
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Albóndigas de ternera con patatas fritas

ADO: APIO, SOJA, GLUTEN, SULFITOS Y SULFUROSOS

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

dia 26	KCAL 641	Proteinas (g) 22	Lípidos (g) 26	Hidratos (g) 79
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

Judías pintas con verduras

ADO: GLUTEN

Merluza a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y maiz

ADO: PESCADO

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

dia 27	KCAL 686	Proteinas (g) 23	Lípidos (g) 31	Hidratos (g) 79
---------------	----------	------------------	----------------	-----------------

En cumplimiento del RD 126/2015, disponemos en nuestras cocinas de la información relativa a ALÉRGENOS.

ADO: Alérgenos de Declaración Obligatoria