

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 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"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	1 ^{ER} PLATO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	2 ^º 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"/>
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:



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

Macarrones con tomate
ADO: HUEVO, GLUTEN
 Salchichas de pavo con ensalada de lechuga y maíz
ADO: SOJA
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

6 KCAL 714 | Proteínas (g) 29 | Lipidos (g) 26 | Hidratos (g) 92

Espaguetis con queso
ADO: GLUTEN, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS
 F. platija en salsa con patatas panadera
ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

13 KCAL 722 | Proteínas (g) 33 | Lipidos (g) 21 | Hidratos (g) 100

Pasta vegetal con queso
ADO: GLUTEN, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS
 Merluza rebozada con ensalada de lechuga maíz y zanahoria
ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

20 KCAL 734 | Proteínas (g) 31 | Lipidos (g) 23 | Hidratos (g) 101

Macarrones con tomate
ADO: GLUTEN, HUEVO
 F. merluza en salsa verde con guisantes
ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

27 KCAL 680 | Proteínas (g) 30 | Lipidos (g) 18 | Hidratos (g) 100

1

FIESTA

Judías pintas con zanahoria
ADO: GLUTEN
 Merluza orly con ensalada de lechuga y tomate
ADO: PESCADO, GLUTEN, HUEVO
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

7 KCAL 715 | Proteínas (g) 32 | Lipidos (g) 24 | Hidratos (g) 92

Sopa de cocido con fideos
ADO: GLUTEN, HUEVO
 Cocido madrileño con morcillo, pollo
ADO: HUEVO
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

14 KCAL 623 | Proteínas (g) 24 | Lipidos (g) 15 | Hidratos (g) 99

Judías blancas con verduras
ADO: GLUTEN
 Tortilla de patata con calabacín a la plancha
ADO: HUEVO
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

21 KCAL 710 | Proteínas (g) 27 | Lipidos (g) 27 | Hidratos (g) 90

Judías verdes rehogadas
 Pollo asado con patatas fritas
 Yogur (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

28 KCAL 598 | Proteínas (g) 29 | Lipidos (g) 27 | Hidratos (g) 60

2

FIESTA

Puré de verduras frescas
ADO: APIO
 Jamoncitos de pollo asados con patatas al vapor
 Yogur (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

8 KCAL 526 | Proteínas (g) 27 | Lipidos (g) 14 | Hidratos (g) 74

Puré de calabacín
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS
 F. de pollo plancha con champiñón
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

15 KCAL 644 | Proteínas (g) 27 | Lipidos (g) 26 | Hidratos (g) 76

Brócoli con mayonesa
 Pavo en salsa con patatas fritas
 Helado (lácteos y derivados, frutos de cáscara, huevo, soja) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

16 KCAL 635 | Proteínas (g) 26 | Lipidos (g) 33 | Hidratos (g) 59

Patatas con carne
 Salmón a la naranja con ensalada de tomate y lechuga
ADO: PESCADO
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

23 KCAL 700 | Proteínas (g) 25 | Lipidos (g) 30 | Hidratos (g) 83

9

FIESTA

Potaje castellano con espinacas y huevo (sin chorizo)
ADO: HUEVO, GLUTEN
 F. pollo plancha con lechuga, tomate y zanahoria
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

17 KCAL 755 | Proteínas (g) 36 | Lipidos (g) 25 | Hidratos (g) 97

Sopa de cocido con fideos
ADO: GLUTEN, HUEVO
 Cocido madrileño con morcillo, pollo
ADO: HUEVO
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

24 KCAL 678 | Proteínas (g) 34 | Lipidos (g) 23 | Hidratos (g) 85

29

FIESTA

Arroz con verduras, zanahoria, judías verdes
 Salchichas de pavo con lechuga, remolacha, maíz
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

29 KCAL 734 | Proteínas (g) 25 | Lipidos (g) 33 | Hidratos (g) 85

Sopa de cocido con fideos
ADO: GLUTEN, HUEVO
 Cocido madrileño con morcillo, pollo
ADO: HUEVO
 Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

30 KCAL 623 | Proteínas (g) 24 | Lipidos (g) 15 | Hidratos (g) 99