

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	1º PLATO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	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"/>
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:



Asociación de Celiacos y Sensibles al Gluten
Comunidad de Madrid

Ntra. Sra. de la Paloma CELÍACOS



ENERO 2018

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

Lentejas estofadas
Tortilla de espinacas y ensalada de lechuga, tomate y maíz
ADO: HUEVO
Piña en su jugo, pan sin gluten (altramuces)

18	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.
633	25	20	89	

Crema de verduras frescas
ADO: APIO
Muslos de pollo guisados con arroz
ADO: APIO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

9	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.
699	28	22	98	

Judías verdes con tomate
Cinta de lomo fresca con puré de patatas
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

10	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.
767	26	39	77	

Macarrones con tomate (pasta sin gluten)
ADOS: SOJA
Bacalao con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
ADO: PESCADO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

11	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.
628	29	15	94	

Sopa de cocido (pasta sin gluten)
ADO: HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA
Cocido completo, ternera, pollo, patata, zanahoria
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, HUEVO
Yogur (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

12	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.
588	26	19	80	

Tallarines al ajillo (pasta sin gluten)
ADO: SOJA
F. de platija con ensalada de lechuga zanahoria y tomate
ADO: PESCADO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

15	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.
642	29	18	91	

Judías pintas con verduras
Tortilla de patatas con tomate natural en rodajas
ADO: HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

16	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.
715	27	27	91	

Arroz con verduras y pollo
Palometa al horno con pisto
ADO: PESCADO
Yogur (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

17	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.
541	25	17	72	

Crema de brócoli con mayonesa
ADO: HUEVO
Estofado de ternera, zanahoria, guisantes, pimiento y arroz
ADO: APIO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

18	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.
759	32	34	81	

DÍA DE GALICIA: Caldo gallego
ADO: SOJA
Lacón a la gallega con cachelos
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

19	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.
742	33	27	91	

Coditos con tomate (pasta sin gluten)
ADO: SOJA
Lomo fresco a la plancha con lechuga, remolacha y maíz
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

22	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.
779	29	34	89	

Lentejas con verduras
Bacalao al horno con guarnición de berenjena, cebolla, pimiento
ADO: PESCADO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

23	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.
660	34	18	92	

Sopa de arroz
ADO: HUEVO
Filete de pollo a la plancha con champiñón
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

24	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.
597	31	24	65	

Verduras frescas en puré
ADO: APIO
Ragú de pavo con patatas guisadas
ADO: APIO
Yogur (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

25	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.
626	34	25	67	

Patatas con calamares
ADO: MOLUSCOS
Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, tomate y maíz
ADO: HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

26	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.
654	20	26	85	

Arroz con tomate
F. de merluza al horno con ensalada de lechuga y maíz
ADO: PESCADO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

29	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.
577	23	20	76	

Judías verdes rehogadas
Ternera en salsa con patatas panadera
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

30	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.
744	25	39	74	

Sopa de cocido (pasta sin gluten)
ADO: HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA
Cocido completo, repollo, morcillo, zanahoria
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

31	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.
665	26	19	98	



Jornadas Gastronómicas de Galicia

19 de enero de 2018



Empieza el día con una sonrisa

Día Internacional de la Paz

30 de enero de 2018