

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 Celíacos y Sensibles al Gluten
Comunidad de Madrid

Ntra. Sra. de la Paloma MUSULMANES



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

ADO: GLUTEN

Huevos con bechamel y ensalada de lechuga, tomate y maíz

ADO: HUEVO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS, PESCADO, APIO,

MOSTAZA, SOJA, LÁCTEOS Y DERIVADOS, GLUTEN, SULFITOS

Piña en su jugo, pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

8

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
802	27	31	104

Crema de verduras frescas

ADO: APIO

Muslos de pollo guisados con arroz

ADO: APIO

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

9

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

Judías verdes con tomate

Salchichas de pavo con puré de patatas

ADO: SOJA

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

10

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
676	27	29	77

Macarrones con tomate y queso

ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, HUEVO, GLUTEN

Bacalao con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria

ADO: PESCADO

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

11

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
666	32	19	93

Sopa de cocido/Stew soup

ADO: GLUTEN, HUEVO

Cocido completo, ternera, pollo, patata, zanahoria (sin cerdo)

ADO: HUEVO

Yogur (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

12

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

Tallarines al ajillo

ADO: GLUTEN, HUEVO

F. de platija con ensalada de lechuga zanahoria y tomate

ADO: PESCADO

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

15

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

Judías pintas con verduras

ADO: GLUTEN

Tortilla de patatas con tomate natural en rodajas

ADO: HUEVO

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

16

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

Arroz con verduras y pollo

Palometa con tomate y pisto

ADO: PESCADO, GLUTEN

Yogur (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

17

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
647	28	24	80

Crema de brócoli con mayonesa

ADO: HUEVO

Estofado de ternera, zanahoria, guisantes, pimiento y arroz

ADO: APIO

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

18

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

Sopa de fideos

ADO: GLUTEN, HUEVO

Chuleta de pavo a la plancha con patata panadera

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

19

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
602	34	19	75

Coditos con queso y tomate

ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, HUEVO, GLUTEN

Salchichas de pavo a la plancha con lechuga, remolacha y maíz

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

22

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
773	32	31	91

Lentejas con verduras

ADO: GLUTEN

Bacalao con tomate, berenjena, cebolla, pimiento

ADO: PESCADO, GLUTEN

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

23

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
663	36	14	99

Sopa de arroz

ADO: HUEVO

Filete de pollo a la plancha con champiñón

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

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

25

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

Patatas con calamares

ADO: MOLUSCOS

Tortilla de calabacín con ensalada lechuga, tomate y maíz

ADO: HUEVO

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

26

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

Arroz con tomate

F. de merluza en salsa verde con huevo cocido y guisantes

ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

29

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
636	25	23	83

Judías verdes rehogadas

Ternera en salsa con patatas panadera

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

30

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

Sopa de cocido/Stew soup

ADO: GLUTEN, HUEVO

Cocido completo, ternera, pollo, patata, zanahoria (sin cerdo)

ADO: HUEVO

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

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