

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