

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 SIN PESCADO



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

Tortilla de espinacas y ensalada de lechuga y maíz

ADO: HUEVO

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

8	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.
8	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 integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

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

Judías verdes con tomate

Cinta de lomo fresca con puré de patatas

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

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

Macarrones con tomate y queso

ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, HUEVO, GLUTEN

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

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

11	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.
11	707	34	22	93

Sopa de cocido

ADO: GLUTEN, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA

Cocido completo, ternera, pollo, patata, zanahoria

ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, HUEVO

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

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

Tallarines a la carbonara

ADO: GLUTEN, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS

Salchichas de pavo con ensalada de lechuga y tomate

ADO: SOJA

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

15	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.
15	749	31	29	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.
16	715	27	27	91

Arroz con verduras y pollo

Filete de ternera con lechuga, maíz y manzana

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

17	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.
17	624	27	28	65

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.
18	759	32	34	81

DÍA DE GALICIA: Caldo gallego

ADO: SOJA

Lacón a la gallega con cachelos

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

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

Coditos con queso y tomate

ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, HUEVO, GLUTEN

Lomo fresco 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.
22	821	31	38	90

Lentejas con verduras

ADO: GLUTEN

Filete de ternera a la plancha con ensalada de lechuga y maíz

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

23	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.
23	732	35	26	90

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.
24	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.
25	626	34	25	67

Patatas con costillas

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.
26	668	21	27	85

Arroz con tomate

Salchichas frescas con ensalada de tomate natural

ADO: SULFITOS Y SULFUROSOS

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

29	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.
29	682	19	34	76

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.
30	744	25	39	74

Sopa de cocido con fideos

ADO: GLUTEN, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA

Cocido completo, repollo, morcillo, zanahoria

ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, HUEVO

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

31	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.
31	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