

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



FEBRERO 2018

Lunes/Monday

**CARNAVAL**

9 de febrero de 2018

Espaguetis con tomate (pasta sin gluten)
ADO: SOJAF. de platija plancha con lechuga y maíz
ADO: PESCADOFruta, leche (lácteos y derivados)
y pan sin gluten (altramuces)

DÍA 5

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
621	28,55	15,1	92,9

Martes/Tuesday

**Jornadas Gastronómicas de Andalucía**

28 de febrero de 2018

Coliflor rehogada con pimentón y ajo

F. pollo plancha con patatas fritas

Fruta, leche (lácteos y derivados)
y pan sin gluten (altramuces)

DÍA 6

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
640	27,85	28,1	69,1

Miércoles/Wednesday

Lentejas con verduras

Tortilla paisana con tomate natural en rodajas

ADO: HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA

Yogur (lácteos y derivados)
y pan sin gluten (altramuces)

DÍA 7

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
670,6	30,1	28,3	74,2

Jueves/Thursday

Crema de champiñón

ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS

Jamoncitos de pollo asados con patatas

Yogur (lácteos y derivados)
y pan sin gluten (altramuces)

DÍA 1

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
621,4	28,2	23,9	73,4

Viernes/Friday

Judías pintas con verduras

Salmon plancha con salsa de naranja
y ensalada de lechuga y zanahoria

ADO: PESCADO

Fruta, leche (lácteos y derivados)
y pan sin gluten (altramuces)

DÍA 2

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
693	29,65	26,1	84,6

Espirales con jamón y chorizo (pasta sin gluten)
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJAF. de merluza al horno con ensalada de lechuga y maíz
ADO: PESCADOFruta, leche (lácteos y derivados)
y pan sin gluten (altramuces)

DÍA 12

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
665,6	30,65	19,1	93

Sopa de cocido (pasta sin gluten)
ADO: HUEVO, SOJACocido madrileño con pollo, morcillo y chorizo
ADO: SOJA, HUEVOFruta, leche (lácteos y derivados)
y pan sin gluten (altramuces)

DÍA 13

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
665,1	25,75	19,4	97,7

Paella mixta (pollo, gambas y mejillones)

ADO: CRUSTÁCEOS, PESCADOS, MOLUSCOS, SULFITOS Y SULFUROSOS

Lomo fresco plancha con ensalada
de tomate, lechuga y huevo cocido

ADO: HUEVO

Fruta, leche (lácteos y derivados)
y pan sin gluten (altramuces)

DÍA 14

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
805,85	31,85	39,9	79,625

NO LECTIVO

DÍA 15

NO LECTIVO

DÍA 16

Crema de verduras frescas
ADO: APIO

Lacón al horno con patata cocida

Fruta, leche (lácteos y derivados)
y pan sin gluten (altramuces)

DÍA 19

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
675	25,05	23,3	91,4

Macarrones al ajillo (pasta sin gluten)
ADO: SOJAF. de platija a la plancha con lechuga, tomate y cebolla
ADO: PESCADOFruta, leche (lácteos y derivados)
y pan sin gluten (altramuces)

DÍA 20

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
642	28,75	18	91,2

Fabada asturiana (chorizo, morcilla)
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJATortilla de calabacín con lechuga, remolacha y tomate
ADO: HUEVOFruta, leche (lácteos y derivados)
y pan sin gluten (altramuces)

DÍA 21

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
787,6	26,15	52	53,7

Brócoli rehogado con patatas cocidas

Pollo guisado con verduras (zanahoria, judías verdes)

ADO: APIO

Yogur (lácteos y derivados)
y pan sin gluten (altramuces)

DÍA 22

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
571,5	28,3	27,9	51,7

Sopa de fideos (pasta sin gluten)
ADO: SOJA, HUEVO, APIO

Palometa al horno con patatas fritas

ADO: PESCADO

Fruta, leche (lácteos y derivados)
y pan sin gluten (altramuces)

DÍA 23

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
571	23,45	19,6	75,7

Lentejas ecológicas estofadas
Merluza al horno con salteado de verduras
ADO: PESCADOFruta, leche (lácteos y derivados)
y pan sin gluten (altramuces)

DÍA 26

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
659,6	34,25	17,5	91,5

Puré de calabaza (puerro, zanahoria, patata)

Ternera guisada con champiñones

Fruta, leche (lácteos y derivados)
y pan sin gluten (altramuces)

DÍA 27

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
726,7	27,35	40,4	63,8

DÍA DE ANDALUCÍA

Puchero de garbanzos y espinacas

ADO: HUEVO, SOJA

Salchichas frescas con ensalada de lechuga, tomate y maíz
ADO: SULFITOS Y SULFUROSOSFruta, leche (lácteos y derivados)
y pan sin gluten (altramuces)

DÍA 28

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
748,6	27,85	32,6	86

En cumplimiento del RD 126/2015,
disponemos en nuestras cocinas de la
información relativa a **ALERGENOS**.

ADO: Alérgenos de Declaración Obligatoria