

## 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](http://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](mailto:info@pargaylopez.com)

[www.pargaylopez.com](http://www.pargaylopez.com)



## Menú Escolar



EMPRESA COLABORADORA CON:



Asociación de Celiacos y  
 Sensibles al Gluten  
 Comunidad de Madrid

## Ntra. Sra. de la Paloma SIN PESCADO



FEBRERO 2018

Lunes/Monday

**CARNAVAL**

9 de febrero de 2018

Espaguetis ecológicos gratinados con queso  
ADO: HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, GLUTEN, SOJA

Salchichas de pavo con lechuga y maíz  
ADO: SOJA

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

<b>5</b>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	714	28,65	25,7	92,2

Espirales con jamón y chorizo  
ADO: GLUTEN, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA

Ragout de pavo con verduras  
ADO: APIO

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

<b>12</b>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	770,6	40,85	26,4	92,3

Crema de verduras frescas  
ADO: APIO

Lacón al horno con patata cocida

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

<b>19</b>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	675	25,05	23,3	91,4

Lentejas ecológicas estofadas  
ADO: GLUTEN

Lomo de sajonia a la plancha con salteado de verduras

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

<b>26</b>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	825,7	33,35	36,8	90,4

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

<b>6</b>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	640	27,85	28,1	69,1

Sopa de cocido  
ADO: GLUTEN, HUEVO, SOJA

Cocido madrileño con pollo, morcillo y chorizo  
ADO: SOJA, HUEVO

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

<b>13</b>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	665,1	25,75	19,4	97,7

Macarrones al ajillo  
ADO: GLUTEN, HUEVO

Filete de ternera a la plancha con lechuga, tomate y cebolla

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

<b>20</b>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	718	29,95	26,3	90,4

Puré de calabaza (puerro, zanahoria, patata)

Ternera guisada con champiñones

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

<b>27</b>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	726,7	27,35	40,4	63,8

Miércoles/Wednesday

Lentejas con verduras  
ADO: GLUTEN

Tortilla paisana con tomate natural en rodajas  
ADO: HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA

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

<b>7</b>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	670,6	30,1	28,3	74,2

Arroz tres delicias  
ADO: HUEVO, SOJA

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

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

<b>14</b>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	873,9	27,45	46,9	85,5

Fabada asturiana (chorizo, morcilla)  
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, GLUTEN

Tortilla de calabacín con lechuga, remolacha y tomate  
ADO: HUEVO

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

<b>21</b>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	787,6	26,15	52	53,7

**DÍA DE ANDALUCÍA**

Puchero de garbanzos y espinacas  
ADO: HUEVO, GLUTEN, SOJA

Salchichas frescas con ensalada de lechuga, tomate y maíz  
ADO: SULFITOS Y SULFUROSOS

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

<b>28</b>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	748,6	27,85	32,6	86

Jueves/Thursday

Crema de champiñón  
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS

Jamoncitos de pollo asados con patatas

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

<b>1</b>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	621,4	28,2	23,9	73,4

Arroz con verduras

Escalopines madrileña con menestra de verduras  
ADO: GLUTEN, HUEVO

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

<b>8</b>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	833,8	32,65	37,6	91,4

NO LECTIVO

**15**

Brócoli rehogado con patatas cocidas

Pollo guisado con verduras (zanahoria, judías verdes)  
ADO: APIO

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

<b>22</b>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	571,5	28,3	27,9	51,7

Viernes/Friday

Judías pintas con verduras  
ADO: GLUTEN

Ternera a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria

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

<b>2</b>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	701	31,85	25,4	86,4

Sopa de verduras  
ADO: GLUTEN, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, APIO

Hamburguesa con ensalada de lechuga y maíz  
ADO: SOJA

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

<b>9</b>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	833	31,45	44,5	77

NO LECTIVO

**16**

Sopa de picadillo  
ADO: SOJA, HUEVO, APIO, GLUTEN

Albóndigas con patatas dado  
ADO: APIO, SOJA, GLUTEN, SULFITOS Y SULFUROSOS

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

<b>23</b>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	636	27,95	24,4	76,4

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

ADO: Alérgenos de Declaración Obligatoria