

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	<input type="checkbox"/> 1 ^{ER} PLATO <input type="checkbox"/> 2 ^º PLATO <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 SIN HUEVO, SIN LACTOSA



MARZO 2018

Lunes/Monday

Martes/Tuesday

Miércoles/Wednesday

Jueves/Thursday

Viernes/Friday


Jornadas Gastronómicas de la Comunidad Valenciana
 19 de marzo de 2018

Macarrones al ajillo (pasta sin huevo)

ADO: SOJA

F. lomo fresco plancha con lechuga, zanahoria

Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

DÍA 5	KCAL 789	Proteínas (g) 26	Lípidos (g) 38	Hidratos (g) 85
-------	----------	------------------	----------------	-----------------

Espiraless con tomate (pasta sin huevo)

ADO: SOJA

F. de platija al horno con ensalada de lechuga y maíz

ADO: PESCAZO

Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

DÍA 12	KCAL 557	Proteínas (g) 25	Lípidos (g) 11	Hidratos (g) 89
--------	----------	------------------	----------------	-----------------

DÍA DE LA C. VALENCIANA

Paella valenciana

ADO: CRUSTÁCEOS, PESCAZO, MOLUSCOS, SULFITOS Y SULFUROSOS

Esgarraet

ADO: PESCAZO

Naranja y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

DÍA 19	KCAL 686	Proteínas (g) 27	Lípidos (g) 31	Hidratos (g) 76
--------	----------	------------------	----------------	-----------------

**Día Mundial del Agua**
22 de marzo de 2018

Alubias blancas con verduras

ADO: GLUTEN

Salchichas frescas con lechuga, tomate, manzana

ADO: SULFITOS Y SULFUROSOS

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

DÍA 6	KCAL 664	Proteínas (g) 23	Lípidos (g) 27	Hidratos (g) 82
-------	----------	------------------	----------------	-----------------

Lentejas con verduras

ADO: GLUTEN

Merluza enharinada con patatas al vapor

ADO: PESCAZO, GLUTEN

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

DÍA 13	KCAL 719	Proteínas (g) 33	Lípidos (g) 17	Hidratos (g) 109
--------	----------	------------------	----------------	------------------

Judías verdes rehogadas

Pollo guisado con verduras y arroz

ADO: APIO

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

DÍA 20	KCAL 582	Proteínas (g) 25	Lípidos (g) 20	Hidratos (g) 76
--------	----------	------------------	----------------	-----------------

VACACIONES SEMANA SANTA

DÍA 26

Miércoles/Wednesday

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

ADO: Alérgenos de Declaración Obligatoria

DÍA 7	KCAL 705	Proteínas (g) 21	Lípidos (g) 40	Hidratos (g) 65
-------	----------	------------------	----------------	-----------------

Puré de verduras frescas

Ragú de pavo con patatas al horno

ADO: APIO

Yogur de soja (soja) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

DÍA 14	KCAL 631	Proteínas (g) 33	Lípidos (g) 22	Hidratos (g) 73
--------	----------	------------------	----------------	-----------------

Judías pintas con verduras

ADO: GLUTEN

Filete de ternera a la plancha con lechuga y zanahoria

Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

DÍA 21	KCAL 634	Proteínas (g) 28	Lípidos (g) 22	Hidratos (g) 82
--------	----------	------------------	----------------	-----------------

VACACIONES SEMANA SANTA

DÍA 28

Jueves/Thursday

Espaguetis con tomate (pasta sin huevo)

ADO: SOJA

Salmón a la plancha con lechuga, tomate, zanahoria aceitunas y cebolla

ADO: PESCAZO

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

DÍA 1	KCAL 626	Proteínas (g) 26	Lípidos (g) 22	Hidratos (g) 80
-------	----------	------------------	----------------	-----------------

Crema de calabacín

Jamoncitos de pollo asados con arroz

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

DÍA 8	KCAL 665	Proteínas (g) 27	Lípidos (g) 24	Hidratos (g) 84
-------	----------	------------------	----------------	-----------------

Arroz caldoso con palometa

ADO: CRUSTÁCEOS, PESCAZO, MOLUSCOS, SULFITOS Y SULFUROSOS

F. de pollo plancha con lechuga, maíz, manzana

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

DÍA 15	KCAL 615	Proteínas (g) 28	Lípidos (g) 20	Hidratos (g) 80
--------	----------	------------------	----------------	-----------------

Ensalada de pasta con tomate, bonito y pimienta; sin huevo (pasta sin huevo)

ADO: SOJA, PESCAZO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS

Palometa con menestra de verduras

ADO: PESCAZO

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

DÍA 22	KCAL 571	Proteínas (g) 29	Lípidos (g) 21	Hidratos (g) 65
--------	----------	------------------	----------------	-----------------

VACACIONES SEMANA SANTA

DÍA 29

Arroz con pollo y verduras

Ragout de pavo con verduras
ADO: APIO

Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

DÍA 2	KCAL 663	Proteínas (g) 33	Lípidos (g) 24	Hidratos (g) 79
-------	----------	------------------	----------------	-----------------

Sopa de cocido con fideos (pasta sin huevo)

ADO: SOJA

Cocido con repollo, morcilla, patata (sin gallina)
ADO: SOJA

Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

DÍA 16	KCAL 598	Proteínas (g) 22	Lípidos (g) 16	Hidratos (g) 93
--------	----------	------------------	----------------	-----------------

VACACIONES**VACACIONES SEMANA SANTA**

DÍA 26

VACACIONES SEMANA SANTA

DÍA 27

VACACIONES SEMANA SANTA

DÍA 28

VACACIONES SEMANA SANTA

DÍA 29

VACACIONES SEMANA SANTA

DÍA 30