

Sugerencias para la cena

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	ESPINACAS CON JAMÓN LENGUADO AL LIMÓN CON PATATAS FRUTA	BRÓCOLI CON BACON JAMONCITOS DE POLLO SADOS CON VERDURAS FRUTA	PURÉ DE CALABAZA BACALAO CON PIMIENTOS FRUTA	MACARRONES CON TOMATE CHULETA DE PAVO CON ZANAHORIA BABY FRUTA
ENSALADA CAPRESSE (TOMATE, MOZZARELLA Y ALBAHACA) FILETE DE TERNERA EN SALSA FRUTA	ARROZ CON VERDURAS POLLO AL CHILINDRÓN FRUTA	TALLARINES AL AJILLO MERLUZA A LA ROMANA CON ENSALADA FRUTA	JUDÍAS VERDES CON BACON SAJONIA A LA PLANCHA CON ENSALADA FRUTA	LOMBARDA REHOGADA CON PASAS Y PIÑONES HAMBURGUESA DE ATÚN CON PATATA PANADERA YOGUR
PIMIENTOS RELLENOS DE BACALAO CERDO AGRIDULCE CON VERDURAS FRUTA	ENSALADA CAMPERA SALMÓN A LA PLANCHA CON ENSALADA GELATINA	SOPA DE ESTRELLITAS TERNERA ASADA CON PURÉ DE PATATAS FRUTA	ARROZ CON TOMATE SEPIA AL AJILLO CON PATATAS AL VAPOR FRUTA	GUISANTES CON JAMÓN PECHUGA DE PAVO A A PLANCHA CON ENSALADA FRUTA
PATATAS GUIADAS CON VERDURAS TORTILLA DE CALABAZA CON ENSALADA FRUTA	ESPAGUETIS "ALA NORMA" (TOMATE, BERENJENA Y ALBAHACA) ATÚN EMPANADO CON ENSALADA FRUTA	CHAMPIÑONES SALTEADOS CON JAMÓN ESCALOPE DE TENERA CON ZANAHORIA BABY NATILLAS	ENSALADA COMPLETA CROQUETAS DE BACALAO CON VERDURAS SALTEADAS FRUTA	REPOLLO AL AJO ARRIERO POLLO A CURRY CON ARROZ FRUTA

Informe del Servicio del Comedor Escolar

Alumno/a: Nivel

NORMAS	SI	NO	A VECES
SE LAVA LAS MANOS ANTES DE COMER	☐	☐	☐
SE SITUa CORRECTAMENTE EN LAS ENTRADAS Y SALIDAS	☐	☐	☐
SE COMPORTA CON CORRECCIÓN EN LA MESA	☐	☐	☐
COME BIEN HABITUALMENTE	1º PLATO	☐	☐
	2º PLATO	☐	☐
	POSTRE	☐	☐
HABLA CON TONO MODERADO	☐	☐	☐
CUIDA EL MENAJE, MOBILIARIO, JUEGOS	☐	☐	☐
RESPECTA AL PERSONAL DEL COMEDOR	☐	☐	☐
RESPECTA A SUS COMPAÑEROS	☐	☐	☐
PARTICIPA EN TALLERES/JUEGOS	☐	☐	☐

Monitor:

Ficha técnica de platos contactar en:
www.pargaylopez.com



Parga y López

Servicio de alimentación a colectividades

Eres lo que comes.

C/ Floja 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

Parga y López

ABRIL / APRIL 2018

Lunes/Monday

Martes/Tuesday

Miércoles/Wednesday

Jueves/Thursday

Viernes/Friday

Lentejas ecológicas estofadas con verduras Lentils stew with vegetables ADO: GLUTEN Flamenquines con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas "Flamenquines" with lettuce, corn and olive salad ADO: GLUTEN, CRUSTÁCEOS, HUEVO, PESCADO, SOJA, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SULFITOS, MOLUSCOS Piña en su jugo y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / Pineapple in light syrup, bread 3 Kcal. 684 Prot. 26 Lip 13 H.C. 117	Lentejas ecológicas estofadas con verduras Lentils stew with vegetables ADO: GLUTEN Flamenquines con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas "Flamenquines" with lettuce, corn and olive salad ADO: GLUTEN, CRUSTÁCEOS, HUEVO, PESCADO, SOJA, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SULFITOS, MOLUSCOS Piña en su jugo y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / Pineapple in light syrup, bread 3 Kcal. 684 Prot. 26 Lip 13 H.C. 117	Coditos con tomate y queso Pasta with tomato sauce and cheese ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, HUEVO, GLUTEN Merluza enharinada con lechuga, remolacha y maíz Floured hake with lettuce, beet and corn salad ADO: PESCADO, GLUTEN Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / Fruit, milk, bread 4 Kcal. 784 Prot. 33 Lip 29 H.C. 99	Sopa de cocido Stew soup ADO: GLUTEN, HUEVO, SOJA Cocido madrileño (repollo, pollo, chorizo) Cocido Madrileño (cabbage, chicken, sausage) ADO: SOJA, HUEVO Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / Fruit, milk, bread 5 Kcal. 665 Prot. 26 Lip 19 H.C. 98	Brócoli rehogado Sauteed broccoli Chuleta riojana con tomate y arroz Pork chop with tomato sauce and rice Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / Fruit, milk, bread 6 Kcal. 851 Prot. 32 Lip 56 H.C. 56
Macarrones ecológicos al ajillo Macaroni with garlic ADO: GLUTEN, HUEVO C. de lomo plancha con puré de patatas Grilled tenderloin pork with mashed potatoes Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / Fruit, milk, bread 9 Kcal. 859 Prot. 29 Lip 42 H.C. 90	Puré de zanahoria Carrot puree ADO: APIO Salmón al horno con lechuga, tomate y aceitunas Baked salmon with lettuce, tomato and olive salad ADO: PESCADO Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / Fruit, milk, bread 10 Kcal. 638 Prot. 22 Lip 28 H.C. 75	Judías verdes con tomate Green beans with tomato sauce Pollo a la plancha con patatas fritas Grilled chicken with fries Yogur(lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / Yogurt, bread 11 Kcal. 600 Prot. 29 Lip 28 H.C. 58	J. G. PAÍS VASCO Porrusalda (patatas,zanahoria, puerro,calabaza) Porrusalda (potatoes, carrot, leek, pumpkin) Bacalao con tomate Cod with tomato sauce ADO: PESCADO, GLUTEN Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / Fruit, milk, bread 12 Kcal. 597 Prot. 26 Lip 17 H.C. 86	Empedrado de judías pintas Beans with rice ADO: GLUTEN, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA Tortilla de espinacas y ensalada Spinach omelette with salad ADO:HUEVO Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / Fruit, milk, bread 13 Kcal. 720 Prot. 27 Lip 24 H.C. 99
Espaguetis ecológicos gratinados con tomate y queso Spaghettis au gratin with tomato sauce and cheese ADO: HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, GLUTEN, SOJA Merluza en salsa con menestra de verduras Hake in sauce with vegetables stew ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / Fruit, milk, bread 16 Kcal. 743 Prot. 31 Lip 23 H.C. 103	Paella valenciana, guisantes, judías verdes, magro y calamares Paella Valenciana (peas, green beans, meat and squids) ADO: CRUSTÁCEOS, PESCADOS, MOLUSCOS, SULFITOS Y SULFUROSOS Tortilla de calabacín con lechuga, zanahoria y maíz Courgette omelette with lettuce, carrot and corn salad ADO: HUEVO Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / Fruit, milk, bread 17 Kcal. 689 Prot. 26 Lip 27 H.C. 84	Crema de verduras frescas Mashed vegetables Jamoncitos de pollo asados con patatas al vapor Roasted chicken thighs with steamed potatoes Yogur (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / Yogurt, bread 18 Kcal. 526 Prot. 27 Lip 14 H.C. 74	Judías blancas estofadas White beans stew ADO: GLUTEN, HUEVO, SOJA Salmón al horno con lechuga, tomate y cebolla Baked salmon with lettuce, tomato and onion salad ADO: PESCADO Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / Fruit, milk, bread 19 Kcal. 693 Prot. 30 Lip 26 H.C. 85	Sopa de cocido Stew soup ADO: GLUTEN, HUEVO, SOJA Cocido (patata, garbanzos, ternera, zanahoria) Cocido Madrileño (potatoes, chickpeas, meat, carrot) ADO: SOJA, HUEVO Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / Fruit, milk, bread 20 Kcal. 665 Prot. 26 Lip 19 H.C. 98
DÍA DEL LIBRO Ensalada de pasta vegetal Pasta salad ADO: GLUTEN, HUEVO, PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS Palometa con tomate Pomfret with tomato sauce ADO: PESCADO, GLUTEN Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / Fruit, milk, bread 23 Kcal. 737 Prot. 39 Lip 29 H.C. 82	Lentejas ecológicas guisadas con zanahoria Lentils stew with carrot ADO: GLUTEN Lomo fresco a la plancha y lechuga, tomate maíz Grilled tenderloin pork with lettuce, tomato and corn salad Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / Fruit, milk, bread 24 Kcal. 879 Prot. 35 Lip 42 H.C. 91	Arroz caldoso con verduras Risotto with vegetables Merluza a la romana con ensalada, tomate, remolacha y aceitunas Battered hake with tomato, beet and olive salad ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / Fruit, milk, bread 25 Kcal. 745 Prot. 27 Lip 30 H.C. 92	Judías verdes rehogadas Sauteed green beans Ragú de pollo con patatas guisadas Chicken stew with potatoes ADO: APIO Yogur (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / Yogurt, bread 26 Kcal. 641 Prot. 28 Lip 33 H.C. 58	Sopa juliana Vegetables soup ADO: APIO Albóndigas en salsa con champiñones Meatballs in sauce with mushroom ADO: HUEVO, SOJA, GLUTEN, SULFITOS Y SULFUROSOS Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo) / Fruit, milk, bread 27 Kcal. 667 Prot. 27 Lip 31 H.C. 70



Jornadas Gastronómicas del
País Vasco

12 de abril de 2018



**Día del
Libro**

23 de abril de 2018

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

ADO: Alérgenos de Declaración Obligatoria