

Sugerencias para la cena

Informe del Servicio del Comedor Escolar

Alumno/a: Nivel

NORMAS	SI	NO	A VECES
SE lava las manos antes de comer	■	■	■
Se sitúa correctamente en las entradas y salidas	■	■	■
Se comporta con corrección en la mesa	■	■	■
Come bien habitualmente	1º PIATO	■	■
	2º PIATO	■	■
	POSTRE	■	■
Habla con tono moderado	■	■	■
Cuida el menaje, mobiliario, juegos	■	■	■
Respeto al personal del comedor	■	■	■
Respeto 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/ Flore Tristán 10
28919 Leganés (MADRID)
Telf.: 91 478 42 39
Fax: 91 478 94 63
info@pargaylopez.com

www.oxygenloopz.com

Menú Escolar



100015



 Asociación de Celíacos
Sensibles al Gluten.
Comunidad de Familia

NTRA. SRA. DE LA PALOMA SIN HUEVO, SIN LACTOSA



ABRIL / APRIL 2018

Lunes/Monday

Martes/Tuesday

Miércoles/Wednesday

Jueves/Thursday

Viernes/Friday

<p>Lentejas ecológicas estofadas con verduras ADO: GLUTEN</p> <p>Salchichas de pavo con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas ADO: SOJA</p> <p>Piña en su jugo y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <p>3 Kcal. 698,2 Prot. 29,9 Lip 25 H.C. 88,7</p>	<p>Coditos con tomate (pasta sin huevo) ADO: SOJA</p> <p>Merluza enharinada con lechuga, remolacha y maíz ADO: PESCADO, GLUTEN</p> <p>Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <p>4 Kcal. 696,05 Prot. 25,85 Lip 27,9 H.C. 85,425</p>	<p>Sopa de cocido (fideos sin huevo) ADO: SOJA</p> <p>Cocido madrileño (repollo, chorizo, sin gallina) ADO: SOJA</p> <p>Fruta y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <p>5 Kcal. 598,35 Prot. 22,25 Lip 15,5 H.C. 93,125</p>	<p>Brócoli rehogado</p> <p>Chuleta riojana con tomate y arroz</p> <p>Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <p>6 Kcal. 784,55 Prot. 28,05 Lip 51,8 H.C. 51,525</p>	
<p>Macarrones al ajillo (pasta sin huevo) ADO: SOJA</p> <p>C. de lomo plancha con puré de patatas</p> <p>Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <p>9 Kcal. 791,85 Prot. 25,95 Lip 38,3 H.C. 85,525</p>	<p>Puré de zanahoria ADO: APIO</p> <p>Salmón al horno con lechuga, tomate y aceitunas ADO: PESCADO</p> <p>Fruta y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <p>10 Kcal. 571,25 Prot. 18,95 Lip 23,8 H.C. 70,125</p>	<p>Judías verdes con tomate</p> <p>Pollo a la plancha con patatas fritas</p> <p>Yogur de soja (soja) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <p>11 Kcal. 605 Prot. 27,7 Lip 25,8 H.C. 64</p>	<p>J. G. PAÍS VASCO</p> <p>Porrusalda (patatas, zanahoria, puerro, calabaza)</p> <p>Bacalao con tomate ADO: PESCADO, GLUTEN</p> <p>Fruta y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <p>12 Kcal. 530,35 Prot. 22,95 Lip 12,7 H.C. 81,125</p>	<p>Empedrado de judías pintas (sin jamón) ADO: GLUTEN, SOJA</p> <p>Lomo de Sajonia a la plancha con ensalada</p> <p>Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <p>13 Kcal. 781,35 Prot. 27,45 Lip 32,9 H.C. 93,625</p>
<p>Espaguetis con tomate (pasta sin huevo) ADO: SOJA</p> <p>Merluza al horno con verduras ADO: PESCADO</p> <p>Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <p>16 Kcal. 558,25 Prot. 25,35 Lip 11,2 H.C. 89,025</p>	<p>Paella valenciana, guisantes, judías verdes, magro y calamares ADO: CRUSTÁCEOS, PESCADOS, MOLUSCOS, SULFITOS Y SULFUROSOS</p> <p>Filete de ternera con lechuga, zanahoria y maíz</p> <p>Fruta y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <p>17 Kcal. 659,85 Prot. 29,55 Lip 25,1 H.C. 79,025</p>	<p>Crema de verduras frescas</p> <p>Jamoncitos de pollo asados con patatas al vapor</p> <p>Yogur de soja (soja) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <p>18 Kcal. 531 Prot. 25,6 Lip 11,4 H.C. 79,8</p>	<p>Judías blancas estofadas (sin huevo) ADO: GLUTEN</p> <p>Salmón al horno con lechuga, tomate y cebolla ADO: PESCADO</p> <p>Fruta y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <p>19 Kcal. 626,25 Prot. 26,15 Lip 22,2 H.C. 80,025</p>	<p>Sopa de cocido (fideos sin huevo) ADO: SOJA</p> <p>Cocido (patata, garbanzos, ternera, zanahoria, sin gallina) ADO: SOJA</p> <p>Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <p>20 Kcal. 598,35 Prot. 22,25 Lip 15,5 H.C. 93,125</p>
<p>DÍA DEL LIBRO</p> <p>Ensalada de pasta vegetal sin huevo (pasta sin huevo) ADO: SOJA, PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS</p> <p>Palometa con tomate ADO: PESCADO, GLUTEN</p> <p>Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <p>23 Kcal. 669,95 Prot. 35,15 Lip 24,6 H.C. 77,025</p>	<p>Lentejas ecológicas guisadas con zanahoria ADO: GLUTEN</p> <p>Lomo fresco a la plancha y lechuga, tomate maíz</p> <p>Fruta y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <p>24 Kcal. 812,05 Prot. 31,45 Lip 37,9 H.C. 86,325</p>	<p>Arroz caldoso con verduras</p> <p>Merluza al horno con ensalada, tomate, remolacha y aceitunas ADO: PESCADO</p> <p>Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <p>25 Kcal. 574,55 Prot. 21,45 Lip 18,4 H.C. 80,925</p>	<p>Judías verdes rehogadas</p> <p>Ragú de pollo con patatas guisadas ADO: APIO</p> <p>Yogur de soja (soja) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <p>26 Kcal. 646 Prot. 27,1 Lip 30,6 H.C. 63,9</p>	<p>Sopa juliana ADO: APIO</p> <p>F. rusos en salsa con champiñones ADO: SOJA, SULFITOS Y SULFUROSOS</p> <p>Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)</p> <p>27 Kcal. 643,25 Prot. 27,75 Lip 29,7 H.C. 66,125</p>
		 <p>Jornadas Gastronómicas del País Vasco</p> <p>12 de abril de 2018</p>	 <p>Día del Libro</p> <p>23 de abril de 2018</p>	<p>En cumplimiento del RD 126/2015, disponemos en nuestras cocinas de la información relativa a ALÉGENOS.</p> <p>ADO: Alérgenos de Declaración Obligatoria</p>