

Sugerencias para la cena

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES

Informe del Servicio del Comedor Escolar

Alumno/a: Nivel

NORMAS	SI	NO	A VECES
SE LAVA LAS MANOS ANTES DE COMER	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
SE SITUÁ 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"/>
RESPECTA AL PERSONAL DEL COMEDOR	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
RESPECTA 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 Celíacos y Sensibles al Gluten
 Comedores de Madrid

Ntra. Sra. de la Paloma CELÍACOS



MAYO 2018

Lunes/Monday

Martes/Tuesday

Miércoles/Wednesday

Jueves/Thursday

Viernes/Friday

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

ADO: Alérgenos de Declaración Obligatoria



Día de Europa

9 de mayo de 2018



**Jornadas Gastronómicas de la
Comunidad de Madrid**

11 de mayo de 2018

Ensalada de pasta sin gluten (hortalizas, york, queso)
ADO: HUEVO, SOJA, LÁCTEOS Y DERIVADOS

Merluza al horno con salsa
(guisantes, pimienta, huevo picado)
ADO: PESCADO, HUEVO

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

17

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
624	31	21	79

Lentejas ecológicas con verduras

Tortilla de patata con ensalada de lechuga, tomate, maíz
ADO: HUEVO

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

18

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
764	31	28	98

Brócoli rehogado

Ternera en salsa (guisantes, champiñón, patatas)

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

19

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
658	27	38	53

Arroz tres delicias (huevo, jamón, guisantes)

ADO: HUEVO, SOJA

Tortilla de calabacín con lechuga y tomate

ADO: HUEVO

Piña en su jugo y pan sin gluten (altramuces)

3

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
635	17	25	85

Crema de verduras frescas

Palometa al horno con arroz y tomate

ADO: PESCADO

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

10

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
601	25	13	97

Judías pintas rehogadas con verduras

Bacalao al horno con lechuga, tomate y maíz

ADO: PESCADO

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

4

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
623	31	17	87

Sopa de cocido (fideos sin gluten)

ADO: SOJA

Cocido (repollo, zanahoria, patata, ternera, chorizo)

ADO: SOJA, HUEVO

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

11

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
611	23	20	87

Arroz con tomate

Escalopines a la plancha con ensalada de lechuga,
aceitunas y remolacha

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

14

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
670	25	30	75



San Isidro

15 de mayo de 2018

15

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
632	24	26	76

Crema de calabaza (puerro, apio y patata)

ADO: APIO

Ragú de ternera (zanahoria, guisantes, judías verdes)

ADO: APIO

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

16

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
632	24	26	76

Judías verdes rehogadas

F. de pollo con patatas fritas

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

17

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
657	28	28	73

Macarrones con tomate (pasta sin gluten)

ADO: SOJA

Tortilla de calabacín con ensalada
de lechuga, tomate y cebolla

ADO: HUEVO

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

21

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
662	23	22	93

Coliflor rehogada

Magro ternera riojana con tomate, guisantes, pimienta

ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS

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

22

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
687	26	41	53

Lentejas estofadas

Salmón a la naranja con lechuga,
tomate, maíz y remolacha

ADO: PESCADO

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

23

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
747	33	29	89

Arroz con tomate

Jamoncitos de pollo asado con ensalada, lechuga,
tomate, zanahoria

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

24

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
549	23	22	65

Ensalada de arroz, tomate, bonito, maíz, aceitunas
ADO: PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS, HUEVO

Lacón a la gallega con cachelos
y rodajas de tomate natural

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

28

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
737	26	32	86

Coditos con beicon y queso (pasta sin gluten)

ADO: SOJA, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS

Merluza a la plancha con lechuga, tomate, maíz

ADO: PESCADO

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

29

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
646	29	18	92

Crema de verduras frescas

Chuleta riojana con patatas al vapor

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

30

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
775	29	48	57

Puchero de garbanzos (patata, chorizo y jamón)

ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, APIO

F. pollo plancha con lechuga,
remolacha, zanahoria y aceitunas

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

31

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
688	34	25	82

