

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 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"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1º PLATO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2º PLATO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
POSTRE	<input type="checkbox"/>	<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

Menú ESCOLAR



Servicio de
alimentación a
colectividades



EMPRESA COLABORADORA CON:



C/ Flora Tristán 10 - 28919 Leganés (MADRID)
 Telf.: 91 478 42 39 / Fax: 91 478 94 63
info@pargaylopez.com • www.pargaylopez.com

Asociación de Celiacos y
Sensibles al Gluten
Comunidad de Madrid

Ntra. Sra. de la Paloma MUSULMANES



NOVIEMBRE 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 **ALÉGENOS**.

ADO: Alérgenos de Declaración Obligatoria

Lentejas ecológicas con zanahoria ADO: GLUTEN, SOJA	dia 5
Tortilla francesa con ensalada lechuga y tomate ADO:HUEVO	
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)	

Kcal. 762	Prot. 30	Lip. 24	H.C. 106
-----------	----------	---------	----------

Puré de calabaza Estofado de ternera con verduras ADO: APIO	dia 6
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)	

Kcal. 681	Prot. 31	Lip. 26	H.C. 81
-----------	----------	---------	---------

Macarrones ecológicos con tomate y queso ADO: GLUTEN, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS	dia 7
Merluza enharinada con berenjena planchats ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN	
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)	

Kcal. 933	Prot. 42	Lip. 33	H.C. 117
-----------	----------	---------	----------

Coliflor con bechamel ADO: GLUTEN, LÁCTEOS Y DERIVADOS	dia 8
F. de pollo campero plancha con patatas asada Yogur (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)	

Kcal. 934	Prot. 40	Lip. 59	H.C. 60
-----------	----------	---------	---------

NO LECTIVO	dia 9
FIESTA	

FIESTA

Arroz con tomate/Rice with tomato sauce Tortilla de calabacín con lechuga y tomate ADO:HUEVO	dia 12
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)	

Kcal. 618	Prot. 18	Lip. 27	H.C. 76
-----------	----------	---------	---------

Judías pintas ecológicas con arroz ADO: GLUTEN, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA	dia 13
F. de rape rebozado con lechuga, tomate y maíz ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN	

Kcal. 786	Prot. 34	Lip. 26	H.C. 106
-----------	----------	---------	----------

Crema de champiñones Ragú de pavo con patatas dado Yogur (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)/Yogurt, bread	dia 14

Kcal. 833	Prot. 46	Lip. 38	H.C. 78
-----------	----------	---------	---------

Sopa de fideos/Stew soup ADO: GLUTEN, HUEVO, SOJA	dia 15
Cocido completo con ternera, repollo, y pollo ADO: SOJA	

Kcal. 665	Prot. 26	Lip. 19	H.C. 98
-----------	----------	---------	---------

Brócoli rehogado con patata cocida ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS	dia 16
Bacalao con pisto/Cod with ratatouille ADO: PESCADO, GLUTEN	

Kcal. 595	Prot. 25	Lip. 28	H.C. 61
-----------	----------	---------	---------

Lentejas ecológicos con arroz ADO: GLUTEN, SOJA	dia 19
Salchichas de pavo con champiñón al ajillo Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)	

Kcal. 912	Prot. 34	Lip. 39	H.C. 106
-----------	----------	---------	----------

Espaguetis ecológicos con carne picada y orégano ADO: GLUTEN, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS	dia 20
Merluza al horno con patatas panadera ADO: PESCADO	

Kcal. 805	Prot. 36	Lip. 25	H.C. 110
-----------	----------	---------	----------

Crema de zanahoria, acelgas y apio ADO: APIO	dia 21
Jamoncitos de pollo campero con patatas dado Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)	

Kcal. 845	Prot. 52	Lip. 29	H.C. 93
-----------	----------	---------	---------

Patatas con carne Salmón a la naranja con ensalada ADO: PESCADO	dia 22
Yogur (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)	

Kcal. 682	Prot. 36	Lip. 31	H.C. 66
-----------	----------	---------	---------

Guiso de fideos con calamares ADO: GLUTEN, HUEVO, MOLUSCOS	dia 23
Tortilla de queso con lechuga, tomate y zanahoria ADO: HUEVO, SOJA	

Kcal. 678	Prot. 23	Lip. 28	H.C. 83
-----------	----------	---------	---------

Espirales ecológicos con queso ADO: GLUTEN, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS	dia 26
Bacalao rebozado con lechuga, tomate, remolacha ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN	

Kcal. 868	Prot. 38	Lip. 33	H.C. 105
-----------	----------	---------	----------

Judías verdes con tomate frito Tortilla de espinacas con lechuga, tomate y maíz ADO:HUEVO	dia 27
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)	

Kcal. 565	Prot. 21	Lip. 27	H.C. 61
-----------	----------	---------	---------

Sopa de cocido/Stew soup ADO: GLUTEN, HUEVO, SOJA	dia 28
Cocido completo con ternera, repollo, y pollo ADO: SOJA	

Kcal. 665	Prot. 26	Lip. 19	H.C. 98
-----------	----------	---------	---------

Puré de verduras frescas Pollo campero guisado con arroz Yogur (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)	dia 29

Kcal. 621	Prot. 37	Lip. 19	H.C. 77
-----------	----------	---------	---------

Fabada asturiana/"Fabada asturiana" ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, GLUTEN	dia 30
Palometa con tomate y ensalada de lechuga, maíz y zanahoria ADO: PESCADO	

Kcal. 810	Prot. 31	Lip. 52	H.C. 54
-----------	----------	---------	---------