

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



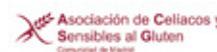
Servicio de
alimentación a
colectividades



EMPRESA COLABORADORA CON:



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



Ntra. Sra. de la Paloma CELÍACOS



FEBRERO 2019

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



14 DE FEBRERO

“Día de la amistad”

*“La amistad es el
ingrediente más importante
en la receta de la vida”*

Macarrones con tomate (pasta sin gluten)
ADO: SOJA

dia 4

Palometa a la plancha con
ensalada de lechuga y maíz
ADO: PESCAZO

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

Kcal. 645	Prot. 34	Lip. 16	H.C. 92
--------------	-------------	------------	------------

Coliflor rehogada

dia 5

Ragú de pavo guisado con
verduras y patatas fritas dado
Fruta, leche (lácteos y derivados)
y pan sin gluten (huevo)

Kcal. 856	Prot. 43	Lip. 42	H.C. 74
--------------	-------------	------------	------------

Lentejas ecológicas con verduras

dia 6

Tortilla de patata y cebolla
con lechuga, tomate y maíz
ADO:HUEVO

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

Kcal. 767	Prot. 31	Lip. 28	H.C. 98
--------------	-------------	------------	------------

Patatas con carne

dia 7

Salmón a la naranja con ensalada
ADO: PESCAZO

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

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

Sopa de cocido (fideos sin gluten)

ADO: SOJA

Cocido madrileño con repollo, ternera y chorizo
ADO: SOJA

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

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

Espaguetis al ajillo con bacon (pasta sin gluten)
ADO: SOJA, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS

dia 11

Merluza a la plancha con lechuga, tomate y cebolla
ADO: PESCAZO

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

Kcal. 663	Prot. 34	Lip. 19	H.C. 90
--------------	-------------	------------	------------

Judías pintas estofadas

dia 12

Tortilla de calabacín con rodaja de tomate natural
ADO:HUEVO

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

Kcal. 657	Prot. 25	Lip. 24	H.C. 86
--------------	-------------	------------	------------

Crema de champiñones

dia 13

Filetes rusos en salsa con arroz
ADO: SOJA, SULFITOS Y SULFUROSOS

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

Kcal. 833	Prot. 34	Lip. 30	H.C. 107
--------------	-------------	------------	-------------

Puchero de garbanzos

dia 14

F. de pollo plancha con lechuga, tomate y maíz
ADO: PESCAZO

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

Kcal. 829	Prot. 53	Lip. 34	H.C. 78
--------------	-------------	------------	------------

Judías verdes rehogadas con patata cocida

dia 15

Bacalao a la plancha con pisto
ADO: PESCAZO

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

Kcal. 671	Prot. 27	Lip. 32	H.C. 68
--------------	-------------	------------	------------

Arroz blanco con tomate

dia 18

F. de rape al horno con calabacín a la plancha
ADO: PESCAZO

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

Kcal. 580	Prot. 24	Lip. 20	H.C. 77
--------------	-------------	------------	------------

Fabada asturiana

dia 19

Tortilla paisana con lechuga, tomate y zanahoria
ADO: HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA

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

Kcal. 831	Prot. 28	Lip. 54	H.C. 57
--------------	-------------	------------	------------

Brócoli con mayonesa

dia 20

Estofado de ternera con zanahoria y patatas dado
ADO: APIO

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

Kcal. 878	Prot. 34	Lip. 48	H.C. 78
--------------	-------------	------------	------------

Sopa de cocido (fideos sin gluten)

dia 21

Cocido completo con ternera, chorizo y repollo
ADO: SOJA

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

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

Macarrones con tomate (pasta sin gluten)

dia 22

Palometa enharinada con con
lechuga y tomate (harina sin gluten)

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

Kcal. 764	Prot. 36	Lip. 33	H.C. 82
--------------	-------------	------------	------------

Lentejas ecológicas con zanahoria

dia 25

ADO: PESCAZO

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

Kcal. 680	Prot. 39	Lip. 18	H.C. 90
--------------	-------------	------------	------------

Puré de verduras frescas

dia 26

Lomo fresco a la plancha con champiñón salteado

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

Kcal. 774	Prot. 24	Lip. 42	H.C. 75
--------------	-------------	------------	------------

Fideuá (pasta sin gluten)

dia 27

ADO: SOJA, CRUSTÁCEOS, PESCAZO, MOLUSCOS, SULFITOS Y SULFUROSOS

Merluza a la plancha con ensalada
ADO: PESCAZO

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

Kcal. 737	Prot. 43	Lip. 22	H.C. 91
--------------	-------------	------------	------------

Judías verdes con tomate

dia 28

Jamóncitos de pollo asados con patatas fritas

Fruta y pan sin gluten (huevo)

Kcal. 748	Prot. 51	Lip. 28	H.C. 73
--------------	-------------	------------	------------