

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



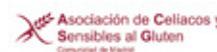
Servicio de
alimentación a
colectividades



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 MUSULMANES



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 **ALÉRGENOS**.

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 ecológicos horneados con queso

ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, HUEVO, GLUTEN

Palometa en salsa verde con huevo y guisantes

ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan

(gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal. 722	Prot. 33	Lip. 21	H.C. 100
--------------	-------------	------------	-------------

Espaguetis ecológicos al ajillo

ADO: GLUTEN, HUEVO

Merluza a la romana con lechuga, tomate y cebolla

ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan

(gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal. 746	Prot. 30	Lip. 26	H.C. 98
--------------	-------------	------------	------------

Arroz blanco con tomate

F. de rape al horno con calabacín a la plancha

ADO: PESCADO

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan

(gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

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

Lentejas ecológicas con zanahoria

ADO: GLUTEN

Bacalao al horno con ensalada

ADO: PESCADO

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan

(gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

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

14 DE FEBRERO

Coliflor rehogada	Día 5	Lentejas ecológicas con verduras	Día 6
Ragú de pavo guisado con verduras y patatas fritas dado		Tortilla de patata y cebolla con lechuga, tomate y maíz	
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)		Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)	

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

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

Judías pintas estofadas	Día 11	Crema de champiñones	Día 13
ADO: GLUTEN, HUEVO		Escalope de ternera con arroz	
Tortilla de calabacín con rodaja de tomate natural		ADO: GLUTEN, HUEVO	

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

Kcal. 764	Prot. 33	Lip. 35	H.C. 79
--------------	-------------	------------	------------

Judías blancas con verduras	Día 19	Brócoli con mayonesa	Día 20
ADO: GLUTEN		ADO: HUEVO	
Tortilla de patatas con lechuga, tomate y zanahoria		Estofado de ternera con zanahoria y patatas dado	

Kcal. 728	Prot. 28	Lip. 27	H.C. 93
--------------	-------------	------------	------------

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

Puré de verduras frescas	Día 26	Fideuá	Día 27
Termina a la plancha con champiñón salteado		ADO: GLUTEN, HUEVO, CRUSTÁCEOS, PESCADO, MOLUSCOS, SULFITOS Y SULFUROSOS	
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)		Merluza rebozada con ensalada	

Kcal. 633	Prot. 25	Lip. 26	H.C. 75
--------------	-------------	------------	------------

Kcal. 820	Prot. 40	Lip. 30	H.C. 99
--------------	-------------	------------	------------

Jueves/Thursday

Viernes/Friday

Sopa de cocido

ADO: GLUTEN, HUEVO

Cocido madrileño con repollo y ternera (sin cerdo)
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal. 623	Prot. 24	Lip. 15	H.C. 99
--------------	-------------	------------	------------

Crema de calabaza

Pollo a la plancha con patatas bastón

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal. 643	Prot. 31	Lip. 25	H.C. 73
--------------	-------------	------------	------------

Judías verdes rehogadas con patata cocida

Bacalao rebozado con pisto

ADO: PESCADO; GLUTEN, HUEVO

Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal. 702	Prot. 29	Lip. 30	H.C. 80
--------------	-------------	------------	------------

Macarrones ecológicos con tomate

ADO: GLUTEN, HUEVO

Palometa enharinada con lechuga y tomate

ADO: PESCADO, GLUTEN

Yogur (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal. 651	Prot. 30	Lip. 23	H.C. 81
--------------	-------------	------------	------------

Judías verdes con tomate

Jamón

asado

con

patatas

fritas

Fruta

y

pan

integral

(gluten, soja,

sulfitos y sulfurosos,

sésamo)