

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"/>

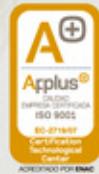
Monitor:

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 SIN HUEVO



MAYO 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



Macarrones (pasta sin huevo) horneados con queso y tomate
ADO: SOJA, LÁCTEOS Y DERIVADOS
Lacon a la gallega con patatas al horno
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal. 797	Prot. 36	Lip. 31	H.C. 95
-----------	----------	---------	---------

dia 6

Brócoli rehogado
Merluza al horno con patatas panadera
ADO: PESCADO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal. 783	Prot. 28	Lip. 39	H.C. 80
-----------	----------	---------	---------

dia 7

Guiso de fideos con calamares (pasta sin huevo)
ADO: SOJA, MOLUSCOS
Pavo a la plancha con tomate natural en rodajas
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal. 622	Prot. 38	Lip. 25	H.C. 62
-----------	----------	---------	---------

dia 1

FIESTA

dia 2

FIESTA

dia 3

NO LECTIVO

Arroz tres delicias (sin huevo)
ADO: SOJA
F. de merluza a la plancha con lechuga, tomate y maíz
ADO: PESCADO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal. 678	Prot. 32	Lip. 23	H.C. 86
-----------	----------	---------	---------

dia 13

Sopa de cocido (pasta sin huevo)
ADO: SOJA
Cocido completo con ternera, pollo, chorizo, repollo
ADO: SOJA
Helado (lácteos y derivados, gluten, soja) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

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

dia 14



dia 15

SAN ISIDRO

Espaguetis con tomate y chorizo (pasta sin huevo)
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA

Salmón al horno en salsa con lechuga, tomate y cebolla
ADO: PESCADO

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

Kcal. 713	Prot. 33	Lip. 27	H.C. 85
-----------	----------	---------	---------

dia 17

Judías verdes con tomate
Pavo guisado con arroz y zanahoria
ADO: APIO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal. 806	Prot. 48	Lip. 31	H.C. 85
-----------	----------	---------	---------

Ensalada de pasta con atún, cebolla, maíz (pasta sin huevo)
ADO: SOJA, PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS
F. ternera con lechuga, tomate y remolacha
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal. 718	Prot. 32	Lip. 32	H.C. 76
-----------	----------	---------	---------

dia 20

Crema de verduras con zanahoria, calabacín, puerro
Palometa al horno con tomate y patatas a lo pobre
ADO: PESCADO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal. 670	Prot. 25	Lip. 22	H.C. 93
-----------	----------	---------	---------

dia 21

Arroz caldoso con verduras y calamares
ADO: MOLUSCOS
Cinta de lomo con tomate natural en rodajas
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal. 842	Prot. 33	Lip. 39	H.C. 90
-----------	----------	---------	---------

dia 22

Espinacas salteadas con jamón, ajo y pimentón
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS
Pollo asado con patatas dado
Helado (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal. 783	Prot. 44	Lip. 35	H.C. 74
-----------	----------	---------	---------

dia 24

Judías blancas estofadas
ADO: GLUTEN, HUEVO
Bacalao enharinado con lechuga, tomate y aceitunas
ADO: PESCADO, GLUTEN
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal. 723	Prot. 32	Lip. 25	H.C. 92
-----------	----------	---------	---------

Lentrejas ecológicas estofadas con verduras
ADO:
Merluza en salsa con lechuga, tomate y cebolla
ADO: PESCADO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal. 661	Prot. 27	Lip. 24	H.C. 85
-----------	----------	---------	---------

dia 27

Ensalada de arroz con manzana, atún, cebolla tomate
ADO: PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS, HUEVO
Ragú de ternera estofado con verduras
Helado (lácteos y derivados, gluten, soja) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal. 730	Prot. 37	Lip. 26	H.C. 72
-----------	----------	---------	---------

dia 28

Crema de calabacín y patata
F. pollo plancha con lechuga, tomate, aceitunas
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal. 681	Prot. 33	Lip. 27	H.C. 76
-----------	----------	---------	---------

dia 29

Macarrones con queso y tomate (pasta sin huevo)
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA
Salmón plancha y ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
ADO: PESCADO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal. 615	Prot. 35	Lip. 17	H.C. 80
-----------	----------	---------	---------

dia 31

Coliflor al horno con bechamel
ADO: GLUTEN, LÁCTEOS Y DERIVADOS
Chuletas riojana con patatas bastón
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal. 732	Prot. 31	Lip. 32	H.C. 79
-----------	----------	---------	---------