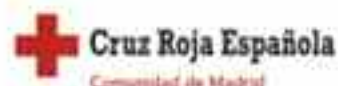
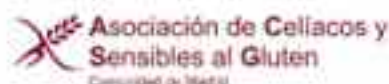


Sugerencias para la cena

Lunes Martes Miércoles Jueves Viernes



Empresa colaboradora con:



Parga y López

Calle de Flora Tristán, 10 - 28919 Leganés (Madrid)

Tel.: 914 78 42 39 - info@pargaylopez.com

www.pargaylopez.com

Parga y López

"Comprometidos con la calidad y la seguridad"

SERVICIO DE ALIMENTACIÓN A COLECTIVIDADES



menú escolar

PARGA Y LÓPEZ OBTIENE EL SELLO DE CALIDAD ALLERGY PROTECTION

AVAL QUE GARANTIZA MENÚS ESCOLARES LIBRES DE ALÉRGENOS

Somos pioneros en España en conseguir esta acreditación en la cocina de un centro público,

Para esta apuesta empresarial, hemos empleado parte de nuestros recursos materiales, humanos y económicos, adquiriendo un compromiso constante en seguridad alimentaria.

Este certificado avala que Parga y López cumple con todos los requisitos

exigidos, destacando la continua formación de nuestro personal, rigurosas auditorías en las instalaciones y materias primas, así como controles para la detección de alérgenos en todos los procesos de elaboración de nuestros menús.

Hemos conseguido que nuestros comensales puedan disfrutar de todos los menús con total seguridad.



**Ntra. Sra. de la Paloma SIN HUEVO, SIN LÁCTEOS
Y DERIVADOS, SIN PROT. LECHE, SIN LACTOSA**

NOVIEMBRE 2020

Lunes/Monday

Martes/Tuesday

Miércoles/Wednesday

Jueves/Thursday

Viernes/Friday

FESTIVO

DÍA 2

Macarrones con tomate (pasta sin huevo)
ALÉRGENO: SOJA
Lacón al horno con rodajas de tomate natural
Piña en su jugo, pan integral (gluten, soja, sésamo)

DÍA 3

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
659	25	22	91

Crema de lombarda y patata

ALÉRGENO: APIO

Hamburguesa de pollo con ensalada lechuga,
aceitunas, manzana y zanahoria
Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)

DÍA 4

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
501	22	14	71

Judías pintas ecológicas con verduras

Salmón al horno con salsa de naranja y patata asada
ALÉRGENO: PESCADO

Fruta y pan integral (gluten, soja, sésamo)

DÍA 5

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
596	33	9	96

Guiso de fideos con calamares
y rape (fideos sin huevo)

ALÉRGENO: SOJA, CRUSTÁCEOS, PESCADO, MOLUSCOS, SULFITOS Y SULFUROSOS

Salchichas frescas con rodajas de tomate natural
ALÉRGENO: SULFITOS Y SULFUROSOS

Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)

DÍA 6

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
756	30	31	88

FESTIVO

DÍA 9

Lentejas ecológicas con verduras
F. de ternera plancha con lechuga, tomate y maíz
Yogur de soja (soja) y pan integral
(gluten, soja, sésamo)

DÍA 10

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
663	34	23	78

Judías verdes con patata y tomate frito

Merluza enharinada con ensalada
lechuga, tomate, remolacha
ALÉRGENO: PESCADO, GLUTEN

Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)

DÍA 11

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
564	24	24	63

Sopa de cocido (fideos sin huevo)

ALÉRGENO: SOJA

Cocido completo, morcillo, chorizo, repollo

Fruta y pan integral (gluten, soja, sésamo)

DÍA 12

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
598	22	16	93

Patatas guisadas con carne

Fogonero al horno con ensalada
lechuga, cebolla y maíz
ALÉRGENO: PESCADO

Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)

DÍA 13

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
622	34	18	81

Macarrones con tomate (pasta sin huevo)

ALÉRGENO: SOJA

Merluza al horno con ensalada
lechuga, tomate y remolacha
ALÉRGENO: PESCADO

Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)

DÍA 16

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
557	25	11	89

Sopa de tomate (fideos sin huevo)

ALÉRGENO: SOJA

Albóndigas de pollo con patatas fritas
ALÉRGENO: GLUTEN

Fruta y pan integral (gluten, soja, sésamo)

DÍA 17

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
777	30	37	82

Puchero de garbanzos

Salmón al horno con ensalada
lechuga, aceitunas, maíz, manzana
ALÉRGENO: PESCADO

Yogur de soja con miel (soja) y
pan (gluten, soja, sésamo)

DÍA 18

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
787	48	28	85

Coliflor rehogada

Pollo campero asado con ensalada
de lechuga, maíz, tomate y zanahoria

Fruta y pan integral (gluten, soja, sésamo)

DÍA 19

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
560	30	27	48

Sopa de picadillo (fideos sin huevo)

ALÉRGENO: SOJA

Bacalao al horno con patata a la
gallega y rodaja de tomate natural
ALÉRGENO: PESCADO

Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)

DÍA 20

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
522	30	11	76

Lentejas ecológicas guisadas con verduras

Palometa a la plancha con pisto
ALÉRGENO: PESCADO

Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)

DÍA 23

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
551	35	9	83

"DÍA DE ÁFRICA" Crema de espinacas

ALÉRGENO: APIO

Tajine de ternera y cus-cus
ALÉRGENO: GLUTEN, SOJA

Fruta y pan integral (gluten, soja, sésamo)

DÍA 24

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
684	30	19	99

Judías verdes rehogadas

Filete de pollo a la plancha con patatas asadas

Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)

DÍA 25

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
537	31	16	69

Judías blancas ecológicas con verduras

Fogonero al horno con ensalada
de lechuga, maíz, naranja
ALÉRGENO: PESCADO

Yogur de soja (soja) y pan integral
(gluten, soja, sésamo)

DÍA 26

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
547	29	15	73

Patatas guisadas con rape

ALÉRGENO: PESCADO

Filete de ternera plancha con
ensalada de lechuga y maíz

Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)

DÍA 27

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
671	35	24	79

Espaguetis integrales con bacon
y tomate (sin queso, pasta sin huevo)

ALÉRGENO: SOJA

Merluza al horno con calabacín plancha
ALÉRGENO: PESCADO

Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)

DÍA 30

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
622	29	12	100

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

ADD: Alérgenos de Declaración Obligatoria