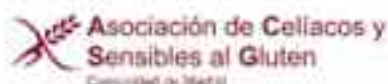


Sugerencias para la cena

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



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 HIPOCALÓRICOS

DICIEMBRE 2020

Lunes/Monday

Martes/Tuesday

Miércoles/Wednesday

Jueves/Thursday

Viernes/Friday

	DÍA 1 Crema de champiñón Ternera plancha con ensalada Fruta <table>Kcal. 434, Prot. 20, Lip 17, H.C. 51</table>	DÍA 2 Garbanzos con verduras Merluza a la plancha con ensalada lechuga, maíz, naranja ALÉRGENO: PESCADO Yogur desnatado (lácteos y derivados) <table>Kcal. 443, Prot. 34, Lip 14, H.C. 46</table>	DÍA 3 Salteado de verduras Filete de pollo plancha con ensalada Fruta <table>Kcal. 438, Prot. 27, Lip 20, H.C. 36</table>	DÍA 4 Paella de verduras Bacalao con a la plancha con ensalada ALÉRGENO: PESCADO Fruta <table>Kcal. 483, Prot. 24, Lip 12, H.C. 70</table>
DÍA 7 FESTIVO	DÍA 8 FESTIVO	DÍA 9 Macarrones al ajillo ALÉRGENO: GLUTEN, HUEVO Lacón al horno con rodajas de tomate natural Piña en su jugo <table>Kcal. 495, Prot. 23, Lip 14, H.C. 69</table>	DÍA 10 Sopa de cocido con fideos ALÉRGENO: GLUTEN, HUEVO Garbanzos con verdura y carne Fruta <table>Kcal. 418, Prot. 16, Lip 6, H.C. 76</table>	DÍA 11 Patatas guisadas con rape ALÉRGENO: PESCADO Fogonero a la plancha con ensalada lechuga, tomate, remolacha ALÉRGENO: PESCADO Fruta <table>Kcal. 478, Prot. 36, Lip 11, H.C. 59</table>
DÍA 14 Macarrones al ajillo ALÉRGENO: GLUTEN, HUEVO Palometa a la plancha con ensalada ALÉRGENO: PESCADO Fruta <table>Kcal. 440, Prot. 27, Lip 7, H.C. 68</table>	DÍA 15 Sopa de verduras ALÉRGENO: GLUTEN, HUEVO Ternera a la plancha con ensalada Fruta <table>Kcal. 468, Prot. 23, Lip 30, H.C. 27</table>	DÍA 16 “Día de América” Frijoles con verduras Filete de pollo con ensalada Fruta <table>Kcal. 425, Prot. 26, Lip 8, H.C. 61</table>	DÍA 17 Crema de calabacín Bacalao al horno con ensalada lechuga, aceitunas, manzana y zanahoria ALÉRGENO: PESCADO Yogur desnatado (lácteos y derivados) <table>Kcal. 413, Prot. 26, Lip 17, H.C. 38</table>	DÍA 18 Guiso de fideos con calamares y rape ALÉRGENO: GLUTEN, HUEVO, CRUSTÁCEOS, PESCADO, MOLUSCOS, SULFITOS Y SULFUROSOS Tortilla francesa con rodajas de tomate natural ALÉRGENO: HUEVO Fruta <table>Kcal. 462, Prot. 25, Lip 18, H.C. 49</table>
DÍA 21 Lentejas ecológicas guisadas con verduras ALÉRGENO: GLUTEN Merluza plancha con ensalada lechuga, maíz y cebolla ALÉRGENO: PESCADO Fruta <table>Kcal. 475, Prot. 33, Lip 9, H.C. 66</table>	DÍA 22 COMIDA ESPECIAL NAVIDAD <table></table>	Vacaciones de Navidad		
				En cumplimiento del RD 126/2015, disponemos en nuestras cocinas de la información relativa a ALÉRGENOS . ADD: Alérgenos de Declaración Obligatoria