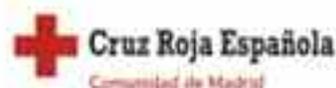
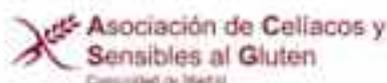


Sugerencias para la cena

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.



Lunes/Monday

Martes/Tuesday

Miércoles/Wednesday

Jueves/Thursday

Viernes/Friday

Menú elaborado por el departamento de nutrición de PARGA Y LÓPEZ, S.L.

<p>DÍA 1</p> <p>Crema de champiñón Lomo fresco plancha con patatas fritas Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>802</td> <td>27</td> <td>37</td> <td>91</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	802	27	37	91	<p>DÍA 2</p> <p>Puchero de garbanzos Salmón al horno con ensalada lechuga, maíz, naranja <i>ALÉRGENO: PESCADO</i> Yogur natural con miel (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>776</td> <td>49</td> <td>30</td> <td>78</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	776	49	30	78	<p>DÍA 3</p> <p>Salteado de verduras Filete de pollo plancha con patatas panadera Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>649</td> <td>34</td> <td>24</td> <td>73</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	649	34	24	73	<p>DÍA 4</p> <p>Paella de verduras Bacalao con tomate y verduras (harina sin gluten) <i>ALÉRGENO: PESCADO</i> Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>798</td> <td>32</td> <td>22</td> <td>117</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	798	32	22	117
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																
802	27	37	91																																
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																
776	49	30	78																																
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																
649	34	24	73																																
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																
798	32	22	117																																
<p>DÍA 7</p> <p>FESTIVO</p>	<p>DÍA 8</p> <p>FESTIVO</p>	<p>DÍA 9</p> <p>Macarrones con tomate (pasta sin gluten) <i>ALÉRGENO: SOJA</i> Lacón al horno con rodajas de tomate natural Piña en su jugo y pan sin gluten (huevo)</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>659</td> <td>25</td> <td>22</td> <td>91</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	659	25	22	91	<p>DÍA 10</p> <p>Sopa de cocido con fideos (fideos sin gluten) <i>ALÉRGENO: SOJA</i> Cocido completo, ternera, repollo, chorizo, pollo Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>665</td> <td>26</td> <td>19</td> <td>98</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	665	26	19	98																
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																
659	25	22	91																																
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																
665	26	19	98																																
<p>DÍA 14</p> <p>Macarrones con bacon y queso (pasta sin gluten) <i>ALÉRGENO: SOJA, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS</i> Palometa con tomate y verduras (harina sin gluten) <i>ALÉRGENO: PESCADO</i> Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>769</td> <td>38</td> <td>22</td> <td>106</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	769	38	22	106	<p>DÍA 15</p> <p>Sopa de verduras (fideos sin gluten) <i>ALÉRGENO: SOJA</i> Ragú de ternera con verduras y patatas fritas Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>798</td> <td>31</td> <td>40</td> <td>80</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	798	31	40	80	<p>DÍA 16</p> <p>“Día de América” Frijoles Hamburguesa de pollo con ensalada y plátano frito Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>806</td> <td>35</td> <td>23</td> <td>115</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	806	35	23	115	<p>DÍA 17</p> <p>Crema de calabacín Bacalao al horno con ensalada lechuga, aceitunas, manzana y zanahoria <i>ALÉRGENO: PESCADO</i> Yogur (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>551</td> <td>29</td> <td>23</td> <td>57</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	551	29	23	57
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																
769	38	22	106																																
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																
798	31	40	80																																
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																
806	35	23	115																																
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																
551	29	23	57																																
<p>DÍA 21</p> <p>Guisantes salteados con jamón Merluza a la plancha con ensalada lechuga, maíz y cebolla <i>ALÉRGENO: PESCADO</i> Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo)</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal.</td> <td>Prot.</td> <td>Lip</td> <td>H.C.</td> </tr> <tr> <td>694</td> <td>39</td> <td>26</td> <td>76</td> </tr> </table>	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	694	39	26	76	<p>DÍA 22</p> <p>COMIDA ESPECIAL NAVIDAD</p> <table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>					<p style="text-align: center; font-size: 2em; font-family: cursive;">Vacaciones de Navidad</p>																					
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.																																
694	39	26	76																																
			<p>En cumplimiento del RD 126/2015, disponemos en nuestras cocinas de la información relativa a ALÉRGENOS. ADD: Alérgenos de Declaración Obligatoria</p>																																