

NUESTRA SEÑORA DE LA PALOMA

Parga y López

MARZO 2021/MARCH 2021

Lunes/Monday

Martes/Tuesday

Miércoles/Wednesday

Jueves/Thursday

Viernes/Friday

Macarrones con tomate y queso día 1 /Macaroni with tomato sauce and cheese Alérgeno: lácteos y derivados, huevo, gluten Merluza rebozada con ensalada de lechuga, maíz, cebolla/Battered hake with salad (lettuce, corn, onion) Alérgeno: pescado, huevo, gluten Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)/Fruit, milk, bread Kcal. 770 Prot. 37 Lip 27 H.C. 100	Salteado de verduras día 2 /Sautéed vegetables Escalope de pavo con patatas fritas /Breaded turkey steak with fries Alérgeno: gluten, huevo Yogur (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sésamo) /Yogurt, wholemeal bread Kcal. 731 Prot. 29 Lip 38 H.C. 68	Judías pintas ecológicas con verduras día 3 /Ecological beans with vegetables Salmón al horno con salsa de naranja y patata asada/Baked salmon with orange sauce and baked potatoes Alérgeno: pescado Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)/Fruit, milk, bread Kcal. 716 Prot. 31 Lip 21 H.C. 101	Crema de lombarda y patata día 4 /Lombarda and potatoes cream Alérgeno: apio Hamburguesa de pollo con ensalada lechuga, aceitunas, manzana y zanahoria /Minced chicken steak with salad (lettuce, olives, apple, carrot) Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sésamo)/Fruit, milk, wholemeal bread Kcal. 521 Prot. 23 Lip 30 H.C. 38	Sopa de picadillo/Giblet soup día 5 Alérgeno: soja, huevo, gluten Bacalao con patata a la gallega y rodaja de tomate natural /Cod with galician potato and tomato Alérgeno: pescado Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)/Fruit, milk, bread Kcal. 522 Prot. 30 Lip 11 H.C. 76
Lentejas ecológicas con verduras día 8 /Ecological lentils with vegetables Alérgeno: gluten Tortilla de espinacas con ensalada de lechuga y maíz/Spinach omelette with salad (lettuce, corn) Alérgeno: huevo Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)/Fruit, milk, bread Kcal. 697 Prot. 29 Lip 24 H.C. 91	Crema de calabacín, puerro y patata día 9 /Zucchini, leek and potatoes cream Lomo fresco plancha con ensalada tomate, cebolla y aceituna/Fresh tenderloin pork with salad (tomato, onion, olives) Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sésamo) /Fruit, milk, wholemeal bread Kcal. 699 Prot. 24 Lip 36 H.C. 71	Coliflor con bechamel/Cauliflower with cream sauce día 10 Alérgeno: gluten, lácteos y derivados Fogonero rebozado con ensalada lechuga, tomate, remolacha/Battered fogonero with salad (lettuce, tomato, beetroot) Alérgeno: pescado, huevo, gluten Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)/Fruit, milk, bread Kcal. 657 Prot. 27 Lip 34 H.C. 60	Sopa de cocido con fideos día 11 /Stew soup with noodle Alérgeno: gluten, huevo Cocido completo, morcillo, repollo, chorizo/"Cocido" with beef, cabbage, chorizo Helado (lácteos y derivados, gluten, soja) y pan integral (gluten, soja, sésamo) /Ice-cream, wholemeal bread Kcal. 611 Prot. 23 Lip 20 H.C. 87	Guiso de fideos con calamares y rape día 12 /Noodle stew with squids and monkfish Alérgeno: gluten, huevo, crustáceos, pescado, moluscos, sulfitos y sulfurosos Palometa con pisto/Pomfret with ratatouille Alérgeno: pescado, gluten, huevo Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)/Fruit, milk, bread Kcal. 759 Prot. 39 Lip 23 H.C. 100
Espaguetis integrales con tomate, queso y bacon/Wholemeal spaghetti with tomato sauce, cheese and bacon día 15 Alérgeno: gluten, huevo, lácteos y derivados Merluza al horno con ensalada lechuga, tomate y remolacha/Baked hake with salad (lettuce, tomato, beetroot) Alérgeno: pescado Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)/Fruit, milk, bread Kcal. 764 Prot. 36 Lip 25 H.C. 98	Sopa de tomate/Tomato soup día 16 Alérgeno: gluten, huevo Albóndigas de ternera con champiñón /Meatballs in sauce with mushroom Alérgeno: gluten, huevo, soja, sulfitos y sulfurosos Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sésamo) /Fruit, milk, wholemeal bread Kcal. 616 Prot. 30 Lip 22 H.C. 75	"Día de San Patricio" día 17 Puré de repollo y patata /Irish Colcannon Pollo asado con ensalada, lechuga, maíz, tomate y zanahoria/Roasted chicken with salad (lettuce, corn, tomato, carrot) Yogur natural eco batido con miel (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)/Yogurt with honey, bread Kcal. 539 Prot. 49 Lip 24 H.C. 32	Judías blancas ecológicas con verduras día 18 /Ecological white beans with vegetables Salmón al horno con ensalada lechuga, aceitunas, maíz y manzana/Baked salmon with salad (lettuce, olives, corn, apple) Alérgeno: pescado Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sésamo) /Fruit, milk, wholemeal bread Kcal. 693 Prot. 30 Lip 26 H.C. 85	FIESTA /NO SCHOOL
Lentejas ecológicas con verduras día 22 /Ecological lentils with vegetables Alérgeno: gluten Lacón al horno con rodajas de tomate natural/Baked lacin with tomato salad Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)/Fruit, milk, bread Kcal. 754 Prot. 35 Lip 29 H.C. 90	Crema de champiñón/Mushroom cream día 23 Lomo fresco plancha con patatas fritas /Fresh tenderloin pork with fries Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sésamo) /Fruit, milk, wholemeal bread Kcal. 847 Prot. 27 Lip 42 H.C. 91	Judías verdes rehogadas día 24 /Sautéed green beans Bacalao rebozado con patata a la gallega y rodaja de tomate natural /Battered cod with galician potato and tomato Alérgeno: pescado, huevo, gluten Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)/Fruit, milk, bread Kcal. 634 Prot. 27 Lip 23 H.C. 81	Sopa de cocido con fideos día 25 /Stew soup with noodle Alérgeno: gluten, huevo Cocido completo, morcillo, repollo, chorizo/"Cocido" with beef, cabbage, chorizo Yogur (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sésamo) /Yogurt, wholemeal bread Kcal. 588 Prot. 26 Lip 19 H.C. 80	

SEMANA SANTA

Sugerencias para la cena

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
VERDURA CERDO CON ENSALADA FRUTA	LEGUMBRE HUEVO CON ENSALADA POSTRE LÁCTEO	PASTA/ ARROZ PESCADO FRUTA	VERDURA POLLO CON PATATAS FRUTA	PASTA/ARROZ TERNERA CON ENSALADA FRUTA
ARROZ/PASTA PESCADO CON ENSALADA FRUTA	VERDURA PAVO CON PATATAS FRUTA	LEGUMBRE PESCADO CON PATATAS FRUTA	VERDURA CERDO CON ENSALADA FRUTA	ARROZ/PASTA POLLO CON ENSALADA POSTRE LÁCTEO
VERDURA TERNERA CON VERDURA POSTRE LÁCTEO	VERDURA PESCADO CON PATATAS FRUTA	LEGUMBRE HUEVO CON ENSALADA FRUTA	ARROZ/PASTA PESCADO CON ENSALADA FRUTA	FIESTA
VERDURA HUEVO CON PATATAS FRUTA	ARROZ/PASTA PESCADO CON VERDURAS FRUTA	VERDURA CERDO CON ENSALADA POSTRE LÁCTEO	LEGUMBRE POLLO CON PATATAS FRUTA	NO LECTIVO
VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES



Empresa colaboradora con:




Parga y López

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

Telf.: 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.

