

Sugerencias para la cena

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			GAZPACHO ANDALUZ TORTILLA DE QUESO CON ENSALADA FRUTA	ARROZ CON VERDURAS ATÚN A LA PLANCHA CON PATATA COCIDA FRUTA
ALCACHOFAS CON JAMÓN ESCALOPE DE POLLO CON PATATAS FRITAS FRUTA	ENSALADA CAMPERA LENGUADO AL HORNO CON CALABACÍN FRUTA	BERENJENAS ENHARINADAS CINTA DE LOMO CON PIMIENTOS FRUTA	ESPÁRRAGOS BLANCOS CON MAHONESA HAMBURGUESA DE ATÚN CON TOMATE FRUTA	MACARRONES AL AJILLO SALCHICHAS FRESCAS CON PURÉ DE PATATAS YOGUR
SALMOREJO CORDOBÉS CHULETA DE PAVO CON VERDURITAS FRUTA	ENSALADA DE PASTA CON JAMÓN SALMÓN AL HORNO CON CHAMPINONES FRUTA	JUDÍAS VERDES REHOGADAS ESCALOPE DE TERNERA CON PATATAS A LO POBRE FRUTA	ENSALADILLA RUSA MERLUZA EN PAPILOTE CON ZANAHORIA BABY FRUTA	SOPA DE MARISCO LOMO DE SAJONIA CON ENSALADA GELATINA
GAZPACHO CON PICATOSTES POLLO AL CHILINDRÓN FRUTA	COLIFLOR AL AJILLO BACALAO AL HORNO CON PIMIENTOS FRUTA	ENSALADA ALEMANA SALCHICHAS FRANKFURT CON PURÉ DE PATATAS FRUTA	ARROZ CAMPESINA SEPIA A LA PLANCHA CON ENSALADA NATILLAS	

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 sienta 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	1º Plato	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	2º Plato	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Pastre	<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"/>
Respeto al personal del comedor		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Respeto a sus compañeros		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Participa en talleres		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Monitor: _____

Ficha técnica de platos encontrar en:
www.pargaylopez.com

Parga y López

EMPRESA COLABORADORA CON



Menú escolar



Servicio de alimentación a colectividades

C/ Flora Tristán 10, 28919 Laganés (MADRID) • Telf.: 91 478 42 39 / Fax: 91 478 94 63
 Web: pargaylopez.com • E-MAIL: info@pargaylopez.com



Colegio/School

Guindalera

Parga y Lopez

Mes/Month

JUNIO / JUNE 2017



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

Ensalada de pasta con atún
Pasta salad with tuna
ADO: GLUTEN, HUEVO, PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS
Merluza romana con tomate natural
Bettered hake with tomatoes salad
ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo / **Fruit, milk, bread**

5 KCAL 740 Proteínas (g) 32 Lípidos (g) 32 Hidratos (g) 83

Puchero de garbanzos
Chick peas stew
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, APIO
Tortilla de calabacín con ensalada
Courgette omelette with salad
ADO: HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo / **Fruit, milk, bread**

6 KCAL 675 Proteínas (g) 26 Lípidos (g) 26 Hidratos (g) 85

Brócoli con mayonesa
Broccoli with mayonnaise
ADO: HUEVO
Escalope de ternera con patatas
Breaded beef steak with fries
ADO: GLUTEN, HUEVO
Yogur (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo / **Yogurt, bread**

7 KCAL 852 Proteínas (g) 34 Lípidos (g) 54 Hidratos (g) 58

Lentejas estofadas
Stewed lentils
ADO: GLUTEN
Croquetas de pescado con ensalada
Fish croquette with salad
ADO: SOJA, LÁCTEOS Y DERIVADOS, GLUTEN, PESCADO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo / **Fruit, milk, bread**

1 KCAL 885 Proteínas (g) 27 Lípidos (g) 43 Hidratos (g) 98

Puré de verduras
Mashed vegetables
ADO: APIO
Cinta de lomo fresca a la plancha con patatas fritas
Grilled tenderloin pork with fries
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo / **Fruit, milk, bread**

2 KCAL 854 Proteínas (g) 24 Lípidos (g) 44 Hidratos (g) 91

Paella mixta
Mixed paella
ADO: CRUSTÁCEOS, PESCADOS, MOLUSCOS, SULFITOS Y SULFUROSOS
Lacón al horno con patata panadera
Baked lacon with baked potatoes
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo / **Fruit, milk, bread**

8 KCAL 814 Proteínas (g) 34 Lípidos (g) 32 Hidratos (g) 99

Guisantes con jamón
Green peas with ham
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS
Bacalao con tomate y patatas
Cod with tomato sauce and fries
ADO: PESCADO, GLUTEN
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo / **Fruit, milk, bread**

9 KCAL 853 Proteínas (g) 38 Lípidos (g) 32 Hidratos (g) 104

Canelones gratinados
Cannelloni au gratin
ADO: GLUTEN, SOJA, APIO, PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS, LÁCTEOS Y DERIVADOS
F. de lenguadina con ensalada
Sole fillet with salad
ADO: PESCADO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo / **Fruit, milk, bread**

12 KCAL 722 Proteínas (g) 38 Lípidos (g) 22 Hidratos (g) 94

Ensalada de alubias blancas
White beans salad
Tortilla de patatas con ensalada
Potatoes omelette with salad
ADO: HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo / **Fruit, milk, bread**

13 KCAL 774 Proteínas (g) 31 Lípidos (g) 37 Hidratos (g) 80

Crema de calabacín
Courgette cream
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS
Albóndigas con patatas
Meatballs with potatoes
ADO: APIO, SOJA, GLUTEN, SULFITOS Y SULFUROSOS
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo / **Fruit, milk, bread**

14 KCAL 771 Proteínas (g) 29 Lípidos (g) 32 Hidratos (g) 93

Arroz con verduras
Rice with vegetables
F. de pollo plancha con ensalada
Grilled chicken steak with salad
Helado (lácteos y derivados, frutos de cáscara, huevo, soja, gluten) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo / **Ice-cream, bread**

15 KCAL 610 Proteínas (g) 24 Lípidos (g) 24 Hidratos (g) 75

Lentejas con verduras
Lentils with vegetables
ADO: GLUTEN
Bonito con tomate
Tuna with tomato sauce
ADO: PESCADO, GLUTEN
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo / **Fruit, milk, bread**

16 KCAL 753 Proteínas (g) 42 Lípidos (g) 23 Hidratos (g) 96

Espaguetis con tomate y queso
Spaghettis with tomato sauce and cheese
ADO: GLUTEN, HUEVO, LÁCTEOS Y DERIVADOS
F. de merluza con ensalada
Hake fillet with salad
ADO: PESCADO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo / **Fruit, milk, bread**

19 KCAL 666 Proteínas (g) 32 Lípidos (g) 19 Hidratos (g) 93

Ensalada campera
Potatoes salad
ADO: PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS, HUEVO
Huevos villarroy con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Egg with cream sauce with lettuce, carrots and corn salad
ADO: HUEVO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS, PESCADO, APIO, MOSTAZA, SOJA, LÁCTEOS Y DERIVADOS, GLUTEN, SULFITOS
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo / **Fruit, milk, bread**

20 KCAL 861 Proteínas (g) 25 Lípidos (g) 41 Hidratos (g) 98

Judías verdes con tomate
Green beans with tomato sauce
Estofado de ternera con patatas
Beef stew with potatoes
ADO: APIO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo / **Fruit, milk, bread**

21 KCAL 853 Proteínas (g) 35 Lípidos (g) 42 Hidratos (g) 85

COMIDA ESPECIAL FIN DE CURSO
SPECIAL MEAL END OF COURSE

22 KCAL Proteínas (g) Lípidos (g) Hidratos (g)