

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

Lunes/Monday	Martes/Tuesday	Miércoles/Wednesday	Jueves/Thursday	Viernes/Friday
<p><b> día 6</b></p> <p>Arroz con tomate /Rice with tomato sauce Tortilla de patata con ensalada /Potatoes omelette with salad Alérgeno:huevo Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo) /Fruit, milk, bread</p> <p><b> día 7</b></p> <p>Espaguetis ecológicos gratinados con bacon y queso/<b>Ecological spaghetti au gratin with bacon and cheese</b> Alérgeno: gluten, huevo, lácteos y derivados Merluza a la romana con lechuga, tomate y maíz/<b>Battered hake with salad (lettuce, tomato, corn)</b> Alérgeno: pescado, huevo, gluten Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)/<b>Fruit, milk, bread</b></p> <p><b> día 14</b></p> <p>Lentejas ecológicas guisadas con verduras y chorizo/<b>Ecological lentils stew with vegetables and chorizo</b> Alérgeno: gluten Tortilla de atún con lechuga, tomate, maíz/<b>Tuna omelette with salad (lettuce, tomato, corn)</b> Alérgeno:huevo, pescado, crustáceos, moluscos Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)/<b>Fruit, milk, bread</b></p> <p><b> día 21</b></p> <p>Macarrones con bacon y tomate /Macaroni wht bacon and tomato sauce Alérgeno: gluten, huevo, lácteos y derivados Tortilla de calabacín con lechuga, tomate, maíz/<b>Zucchini omelette with salad (lettuce, tomato, corn)</b> Alérgeno:huevo Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)/<b>Fruit, milk, bread</b></p>	<p><b> día 1</b></p> <p>Arroz con tomate /Rice with tomato sauce Tortilla de patata con ensalada /Potatoes omelette with salad Alérgeno:huevo Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo) /Fruit, milk, bread</p> <p><b> día 8</b></p> <p>Alubias con verduras y chorizo/<b>Beans with vegetables chorizo</b> Ragout de pavo con arroz rehogado /Turkey stew with sauteed rice Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)/<b>Fruit, milk, bread</b></p> <p><b> día 15</b></p> <p>Coditos con queso y tomate /Pasta with cheese and tomato sauce Alérgeno: gluten, huevo, lácteos y derivados Merluza en salsa verde con huevo y guisantes/<b>Hake in green sauce with egg and green peas</b> Alérgeno: pescado, huevo, gluten Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)/<b>Fruit, milk, bread</b></p> <p><b> día 22</b></p> <p>COMIDA ESPECIAL FIN DE CURSO /SPECIAL MEAL END OF COURSE</p>	<p><b> día 2</b></p> <p>Crema de champiñón /Mushroom cream Ternera guisada con verduras y patatas dado/<b>Beef stew with vegetables and fries</b> Yogur (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo) /Yogurt, bread</p> <p><b> día 9</b></p> <p>Crema de zanahorias/<b>Carrot cream</b> Albóndigas de pollo con patatas dado /Chicken meatball with potatoes Alérgenos: gluten Yogur (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)/<b>Yogurt, bread</b></p> <p><b> día 16</b></p> <p>Patatas guisadas a la riojana /Potatoes stew with vegetables and chorizo Ragú de ternera con champiñones /Beef stew with mushroom Helado (lácteos y derivados, gluten, soja) y pan (gluten, soja, sésamo)/<b>Ice-cream, bread</b></p> <p><b> día 23</b></p> <p>Crema de verduras/<b>Vegetables cream</b> C. de lomo plancha con patatas /Grilled tenderloin pork with fries Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)/<b>Fruit, milk, bread</b></p>	<p><b> día 3</b></p> <p>Ensalada campera con huevo, atún, tomate, aceitunas/<b>Potatoes salad with egg, tuna, tomato, olives</b> Alérgeno: pescado, crustáceos, moluscos, huevo Filete de pollo con salteado de verduras/<b>Chicken steak with sauteed vegetables</b> Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)/<b>Fruit, milk, bread</b></p> <p><b> día 10</b></p> <p>Arroz campesina /Rice with vegetables and chorizo F. de merluza con ensalada /Hake with salad Alérgeno: pescado Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)/<b>Fruit, milk, bread</b></p> <p><b> día 17</b></p> <p>Judías verdes rehogadas con jamón /Sauteed green beans with ham Bacalao orly con ensalada de tomate natural/<b>Floured cod with tomato salad</b> Alérgeno: pescado, gluten, huevo Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)/<b>Fruit, milk, bread</b></p> <p><b> día 24</b></p> <p>Ensalada campera/<b>Potatoes salad</b> Alérgeno: pescado, crustáceos, moluscos, huevo Fritura de pescado con ensalada /Fried fish with salad Alérgeno: gluten, pescado, soja, lácteos y derivados, moluscos, huevo Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)/<b>Fruit, milk, bread</b></p>	<p><b> día 4</b></p> <p>Carbanzos guisados con espinacas y chorizo/<b>Chick pea stew with spinach and chorizo</b> Alérgeno: huevo Bacalao al horno con pisto /Baked cod with ratatouille Alérgeno: pescado Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)/<b>Fruit, milk, bread</b></p> <p><b> día 11</b></p> <p>Brócoli rehogado/<b>Sauteed broccoli</b> Muslitos de pollo asados con patatas panadera/<b>Roasted chicken thighs with baked potatoes</b> Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)/<b>Fruit, milk, bread</b></p> <p><b> día 18</b></p> <p>Arroz tres delicias/<b>Rice three delicacies</b> Alérgeno: huevo, soja F. de pollo plancha con ensalada /Grilled chicken steak with salad Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)/<b>Fruit, milk, bread</b></p>

# VACACIONES DE VERANO

### Sugerencias para la cena

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	ENSALADA POLLO CON PATATAS FRUTA	PASTA / ARROZ PESCADO CON ENSALADA FRUTA	VERDURA CERDO CON PATATAS POSTRE LÁCTEO	PASTA / ARROZ HUEVO CON ENSALADA FRUTA
VERDURA PAVO CON PATATAS FRUTA	PASTA / ARROZ PESCADO CON ENSALADA FRUTA	ENSALADA POLLO CON VERDURAS FRUTA	VERDURA HUEVO CON PATATAS FRUTA	PASTA / ARROZ TERNERA CON ENSALADA POSTRE LÁCTEO
PASTA / ARROZ CERDO CON ENSALADA POSTRE LÁCTEO	VERDURA TERNERA CON PATATAS FRUTA	PASTA / ARROZ PESCADO CON ENSALADA FRUTA	ENSALADA HUEVO CON PATATAS FRUTA	VERDURA PESCADO CON ENSALADA FRUTA
VERDURA POLLO CON PATATAS FRUTA	SOPA DE VERDURAS HUEVO CON ENSALADA FRUTA	PASTA / ARROZ PESCADO CON VERDURA FRUTA	VERDURA TERNERA CON ENSALADA POSTRE LÁCTEO	



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.

