



FEBRERO 2009

COMEDORES ESCOLARES
Julio Tundidor Molina S.L.

MENJADOR FEBRER 99,18€
VALES DÍA 5,90 €



Maria Colomer Valiente

Dietista-Nutricionista
Colegiado IB0005
CODNIB

LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
Puré de Calabaza Lomo empanado con ensalada mixta Fruta	Espaguetis salteados con ajo, aceite de oliva y albahaca Hoki a la plancha con ajo, perejil y aceite de oliva acompañado de tomate Fruta	Sopa Colada de Verduras Albóndigas caseras con patatas y verduras Fruta	Sopa de Pescado Salmón adobado con palitos de zanahoria Fruta	Lentejas estofadas Tortilla de patatas y calabacín con ensalada mixta Yogur
Huevos cocidos con patata y verduras fruta	Salteado de arroz con verduras y pollo fileteado Fruta	Merluza rebozada con puré de patata y ensalada Fruta	Tomate aliñado con aceitunas Pa integral amb oli y jamón Fruta	Guiso de pollo con patatas y verduras Fruta
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
Puré de Puerros y zanahorias Lenguado empanado con tomate aliñado Fruta	Arroz pilaf con tomate Huevos al horno con bechamel, queso rallado y calabacín rebozado Fruta	Garbanzos estofados Filete picado a la plancha con patatas fritas Fruta	Sopa de Pescado Merluza Orly con ensalada mixta Fruta	Sopa de cocido Hervido mallorquín Yogur
Couscous de verduras y pollo Fruta	Filete de dorada al vapor con patata cocida y ensalada Fruta	Tortilla de patatas con ensalada Fruta	Estofado de ternera con patatas y verduras Fruta	Ensalada de tomate y zanahoria Pa integral amb oli de queso Fruta
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
Canelones Rossini Tortilla francesa con ensalada variada Fruta	Puré de Calabaza Pescado al horno con patata y verduras Fruta	Crema de pescado Pizza de atún Fruta	Paella Valenciana Calamares romana (para los pequeños Lenguado empanado) con ensalada mixta yogur	Lentejas estofadas Muslitos de pollo en pepitoria con verduras Fruta
Hervido de pollo con patatas y verduras Fruta	Tomate aliñado Fajita de carne y verduras Fruta	Tortilla de patata y acelgas con ensalada Fruta	Sopa de pasta Lomo y verduras a la plancha con parmesano Fruta	Guiso de rape con patatas y verduras Fruta
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
Arroz con tomate Tortilla de jamón con ensalada mixta fruta	Espaguetis Boloñesa Abadejo adobado con palitos de zanahoria Fruta	Sopa colada de verduras Fricandelle al horno con patatas y verduras yogur	Sopa de pescado Frito mallorquín de pechuga de pollo Fruta	NO LECTIVO
Pollo a la plancha con patatas y verduras Fruta	Pollo al horno con cebolla, patata y tomate Fruta	Pasta salteada con calabacín y pescado Fruta	Tortilla de patata con ensalada Fruta	Sopa de pasta Croquetas de carne y espinacas con ensalada Fruta