



MAYO 2009

COMEDORES ESCOLARES

Julio Tundidor Molina S.L.
CP MIGJORN
BENDINAT



María Colomer Valiente
Dietista – Nutricionista
Col. nº IB0005

LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
	SOPA DE VERDURAS COLADAS Y PASTA ESCALOPE MILANESA CON PATATAS Y ENSALADA FRUTA	ARROZ PILAF CON TOMATE MERLUZA ORLY CON JUDÍAS VERDES SALTEADAS HELADO	CANELONES ROSSINI TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA MIXTA FRUTA	SOPA DE COCIDO HERVIDO MALLORQUÍN FRUTA
	TORTILLA A LA FRANCESA CON TOMATE AL HORNO GRATINADO Y PURÉ DE PATATA FRUTA	ENSALADA DE PASTA CON PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA FRUTA	LENGUADO REBOZADO CON CALABACÍN Y PATATA PANADERA AL HORNO FRUTA	CANÓNIGOS CON TOMATE CHERRY PA AMB OLI DE JAMÓN FRUTA
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
SOPA DE PESCADO TORTILLA DE CALABACÍN Y PATATAS CON ENSALADA MIXTA FRUTA	ESPAGUETTIS SALTEADOS CON AJO Y ACEITE DE OLIVA CALAMARES A LA ANDALUZA (PEQUEÑOS MERLUZA) CON ENSALADA MIXTA FRUTA	SOPA DE COCIDO ALBÓNDIGAS CASERAS CON VERDURAS Y PATATAS FRUTA	PURÉ DE CALABAZA SALMÓN ADOBADO CON ENSALADA VARIADA HELADO	LENTEJAS ESTOFADAS LOMO AL HORNO CON PATATAS Y JUDÍAS VERDES FRUTA
GUISO DE RAPE CON PATATAS Y VERDURAS FRUTA	ARROZ SALTEADO CON VERDURAS Y POLLO DESHUESADO FRUTA	TORTILLA DE PATATAS Y ACELGAS CON ENSALADA DE TOMATE Y ACEITUNAS FRUTA	LAZOS DE PASTA SALTEADA CON CALABACÍN Y ZANAHORIA Y HAMBURGUESA DE POLLO FRUTA	SOPA DE PASTA MERLUZA REBOZADA CON ENSALADA FRUTA
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
PURÉ DE VERDURAS MERLUZA ORLY CON ENSALADA MIXTA FRUTA	MACARRONES A LA BOLOGNEZA TORTILLA DE CALABACÍN CON ENSALADA MIXTA FRUTA	SOPA DE COCIDO FRICANDELLE AL HORNO CON PATATAS Y JUDÍAS VERDES FRUTA	ENSALADA MEDITERRÁNEA LENGUADO ADOBADO CON ARROZ PILAF PETIT SUISSE	GARBANZOS ESTOFADOS PIZZA DE JAMÓN CON ENSALADA FRUTA
POLLO CON TIRAS DE JUDÍAS Y ZANAHORIAS Y MOLDE DE ARROZ FRUTA	BACALAO AL HORNO CON PATATA, PIMIENTOS Y SALSA DE TOMATE FRUTA	ENSALADA DE COUSCOURS CON ATÚN, ACITUNAS NEGRAS Y HIERBABUENA FRUTA	TORTILLA DE PATATAS Y CEBOLLA CON ENSALADA VARIADA FRUTA	FILETE DE DORADA AL HORNO CON PATATA, TOMATE Y TIRAS DE ZANAHORIA FRUTA
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
PURÉ DE ZANAHORIA Y PUERROS CROQUETAS DE POLLO CON ENSALADA MIXTA FRUTA	ESPAGUETTIS SALTEADOS CON BACON Y AJO MERLUZA ORLY CON CALABACÍN FRUTA	SOPA DE VERDURA COLADA CON PASTA ALBÓNDIGAS CASERAS CON PATATAS Y VERDURAS FRUTA	PAELLA VALENCIANA LENGUADO ADOBADO CON PALITOS DE ZANAHORIA YOGUR	LENTEJAS ESTOFADAS PECHUGA DE POLLO AL AJILLO CON VERDURA Y PATATA FRUTA
ARROZ VAPORIZADIO SALTEADO CON VERDURAS Y TORTILLA A LA FRANCESA FRUTA	SOPA DE PASTA POLLO A LA PLANCHA CON ENSALADA FRUTA	TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA DE TOMATE Y ACEITUNAS FRUTA	LOMO FILETEADO SALTEADO CON PASTA Y VERDURAS FRUTA	MERLUZA REBOZADA CON ENSALADA DE CANÓNIGOS, ZANAHORIA Y QUESO FRUTA

COMEDOR MAYO

99,18

VALES DIA 5,90 €

LES RECORDAMOS QUE ESTA PROPUESTA DE MENÚ PODRÍA VARIARA POR IMPREVISTOS
EN SOMBREADO LA PROPUESTA DE CENAS ELABORADA POR NUESTRA DIETISTA MARIA COLOMER