



JULIO 2009
COMEDORES ESCOLARES
Julio Tundidor Molina S .L.
COLONIAS DE VERANO

C P M I G J O R N



María Colomer Valiente
Dietista – Nutricionista
 Col. n° IB0005

		MIÉRCOLES 1		JUEVES 2		VIERNES 3			
		SOPA DE COCIDO CON VERDURAS		ESPAGUETTIS SALTEADOS CON AJO Y ACEITE DE OLIVA		LENTEJAS ESTOFADAS			
		ESCALOPE DE PAVO CON PATATAS FRITAS		MERLUZA ORLY CON ENSALADA MIXTA		TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA DE TOMATE			
		FRUTA		FRUTA		HELADO			
LUNES 6		MARTES 7		MIÉRCOLES 8		JUEVES 9		VIERNES 10	
ARROZ CON TOMATE		MACARRONES A LA BOLOGNESE		SOPA DE VERDURA COLADA CON PASTA		SOPA DE PESCADO		ENSALADA DE GARBANZOS	
LOMO AL HORNO CON VERDURAS		LENGUADO ADOBADO CON PALITOS DE ZANAHORIA		ALBÓNDIGAS CASERAS CON VERDURAS Y PATATAS		TORTILLA DE CALABACÍN CON ENSALADA MIXTA		CANALONES ROSSINI	
FRUTA		FRUTA		FRUTA		YOGUR		HELADO	
LUNES 13		MARTES 14		MIÉRCOLES 15		JUEVES 16		VIERNES 17	
PURÉ DE VERDURAS		ESPAGUETIS BOLOGNESE		SOPA DE COCIDO		PAELLA VALENCIANA		LENTEJAS ESTOFADAS	
PECHUGA DE POLLO AL HORNO CON PATATAS		SALMÓN ADOBADO CON ENSALADA		FRICANDELLE AL HORNO CON PATATAS Y VERDURAS		MERLUZA ORLY CON ENSALADA VARIADA		ESCALOPE MILANESA CON PATATAS Y TRAMPÓ	
FRUTA		FRUTA		FRUTA		PETIT SUISE		HELADO	
LUNES 20		MARTES 21		MIÉRCOLES 22		JUEVES 23		VIERNES 24	
ARROZ CON TOMATE		ENSALADA DE PASTA		SOPA DE VERDURAS COLADAS Y PASTA		ENTREMESES VARIADOS		GARBANZOS ESTOFADOS	
TORTILLA DE ATÚN CON ENSALADA MIXTA		LENGUADO ADOBADO CON PALITOS DE ZANAHORIA		ALBÓNDIGAS CASERAS CON PATATAS Y VERDURAS		MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE TOMATE		ESCALOPE DE PAVO CON PATATAS Y ENSALADA	
FRUTA		FRUTA		FRUTA		HELADO		FRUTA	
LUNES 27		MARTES 28		MIÉRCOLES 29		JUEVES 30		VIERNES 31	
SOPA DE PESCADO		ESPAGUETTIS CON SALSA DE TOMATE		ENSALADA MIXTA		PAELLA VALENCIANA		LENTEJAS ESTOFADAS	
CROQUETAS DE POLLO CON ENSALADA MIXTA		MERLUZA ORLY CON ENSALADA		FILETE PICADO A LA PLANCHA CON PATATAS		LENGUADO ADOBADO CON ENSALADA		LOMO AL HORNO CON PATATAS TRAMPÓ	
FRUTA		FRUTA		FRUTA		YOGUR		HELADO	