



JULIO 2010

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

MARÍA COLOMER VALIENTE
DIETISTA-NUTRICIONISTA
COL. IB0005



LUNES 5		MARTES 6		MIÉRCOLES 7		JUEVES 8		VIERNES 9	
ARROZ CON TOMATE		CANELONES ROSSINI		SOPA DE VERDURAS COLADAS Y PASTA		LENTEJAS ESTOFADAS		PURÉ DE CALABAZA	
TORTILLA DE CALABACÍN Y PATATA CON ENSALADA MIXTA		LENGUADO ADOBADO CON ENSALADA DE TOMATE		ALBÓNDIGAS CASERAS CON PATATAS Y VERDURAS		SALMÓN AL HORNO CON PATATAS PANADERA		LENGUADO AL HORNO CON VERDURAS	
FRUTA		GELATINA		FRUTA		FRUTA		FRUTA	
FRUTA		FRUTA		FRUTA		FRUTA		FRUTA	
LUNES 12		MARTES 13		MIÉRCOLES 14		JUEVES 15		VIERNES 16	
SOPA DE PESCADO		MACARRONES CON SANFAINA		SOPA DE PICADILLO		PURÉ DE VERDURAS		GARBANZOS ESTOFADOS	
DELICIAS DE MERLUZA CON ENSALADA MIXTA		TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA		FILETE PICADO AL HORNO CON PATATAS		LENGUADO ADOBADO CON RODAJAS DE TOMATE ALIÑADO		MUSLITOS DE POLLO EN PEPITORIA CON VERDURAS Y PATATAS	
FRUTA		FRUTA		FRUTA		HELADO		FRUTA	
LUNES 19		MARTES 20		MIÉRCOLES 21		JUEVES 22		VIERNES 23	
ARROZ TRES DELICIAS		ESPAGUETIS BOLONESA		SOPA DE VERDURAS COLADAS Y PASTA		LENTEJAS ESTOFADAS		PURÉ DE CALABAZA	
LENGUADO EMPANADO CON PALITOS DE ZANAHORIA		TORTILLA DE JAMÓN CON ENSALADA MIXTA		FRICANDELLE AL HORNO CON PATATAS Y VERDURAS		PIZZA DE ATÚN CON ENSALADA		PECHUGA DE POLLO AL HORNO CON PATATAS	
FRUTA		FRUTA		FRUTA		FRUTA		YOGUR	
LUNES 26		MARTES 27		MIÉRCOLES 28		JUEVES 29		VIERNES 30	
ARROZ CON TOMATE		ARROZ CON TOMATE		SOPA DE CARACOLA		MACARRONES CON VERDURAS Y UN TOQUE DE ALBAHACA		ENSALADA PRIMAVERA	
MERLUZA AL HORNO CON GUIANTES		MERLUZA AL HORNO CON GUIANTES		ALBÓNDIGAS CASERAS CON PATATAS Y VERDURAS		LENGUADO AL HORNO		ESTOFADO DE POLLO CON VERDURAS Y PATATAS	
FRUTA		FRUTA		FRUTA		HELADO		FRUTA	



**TODOS LOS MENÚS INCLUYEN PAN Y AGUA MINERAL
ALGUNO DE ESTOS MENÚS PODRIA VARIAR DE DÍA O SER
MODIFICADO POR CAUSAS DE FUERZA MAYOR**