



COMEDORES ESCOLARES
Julio Tundidor Molina S.L.

+8
més bé

ASSESSORIA DE DIETÈTICA I NUTRICIÓ

C P M I G J O R N

ABRIL 08

MARTES 1		MIÉRCOLES 2		JUEVES 3		VIERNES 4			
SOPA DE PESCADO LOMO AL HORNO CON PATATAS Y VERDURAS		PURÉ DE VERDURAS LENGUADO EMPANADO CON ENSALADA MIXTA		LENTEJAS ESTOFADAS FILETE RUSO CON PATATAS Y VERDURAS		ESPAGUETIS SALTEADOS HUEVOS HERVIDOS CON SALSA DE TOMATE NATURAL			
FRUTA		YOGUR		ZUMO NATURAL*		FRUTA			
TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA RALLADA		PECHUGA DE POLLO FILETEADA CON VERDURAS SALTEADAS CON PASTA		FILETE DE PANGA CON PATATA AL HORNO Y ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA		ENSALADA VARIADA PA AMB OLI DE JAMON Y QUESO			
FRUTA		FRUTA		FRUTA		FRUTA			
LUNES 7		MARTES 8		MIÉRCOLES 9		JUEVES 10		VIERNES 11	
FIDEOS DE PESCADO		ARROZ CON TOMATE		SOPA DE COCIDO		GARBANZOS ESTOFADOS		ESPAGUETIS BOLOGNESA	
PERCA A LA PLANCHA CON AJO ,PEREJIL, PATATA HERVIDA Y JUDÍAS VERDES		TORTILLA DE JAMÓN CON ENSALADA MIXTA		ALBÓNDIGAS CASERAS CON PATATAS Y VERDURAS		LOMO AL HORNO CON JUDÍAS VERDES SALTEADAS		ABADEJO ADOBADO CON ENSALADA	
FRUTA		YOGUR		FRUTA		ZUMO NATURAL*		FRUTA	
PURÉ DE PATATA Y CALABACÍN		EMPERADOR A LA PLANCHA CON TUMBET		TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN CON ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA		LOMO DE MERLUZA REBOZADO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE		SOPA DE FIDEOS POLLO CON COUSCOUS Y VERDURAS	
BISTEC A LA PLANCHA CON TOMATE ALIÑADO CON QUESO		FRUTA		FRUTA		FRUTA		FRUTA	
FRUTA		FRUTA		FRUTA		FRUTA		FRUTA	
LUNES 14		MARTES 15		MIÉRCOLES 16		JUEVES 17		VIERNES 18	
ENSALADA MEDITERRÁNEA <i>EDUCACIÓN INFANTIL</i>		ESPAGUETIS SALTEADOS CON AJO Y ACEITE DE OLIVA		SOPA DE COCIDO		JUDÍAS ESTOFADOS		PURÉ DE VERDURAS	
SOPA DE CALDO		FILETE DE HOKI (PESCADO) A LA PLANCHA CON ENSALADA		HERVIDO MALLORQUÍN		CALAMARES ANDALUZA CON ENSALADA MIXTA <i>EDUCACIÓN INFANTIL</i>		ESCALOPE MILANESA CON PATATAS Y VERDURAS	
CANALONES ROSSINI <i>EDUCACIÓN INFANTIL</i>		FRUTA		YOGUR		ZUMO NATURAL*		FRUTA	
ENSALADA DE TOMATE Y ZANAHORIA PARA ACOMPAÑAR LOS CANALONES		FRUTA		FRUTA		FRUTA		FRUTA	
FRUTA		FRUTA		FRUTA		FRUTA		FRUTA	
HUEVOS COCIDOS CON PATATA Y VERDURA		LOMO SALTEADO CON COUSCOUS Y VERDURAS		FILETE DE DORADA A LA PLANCHA CON ENSALADA DE PASTA Y TOMATE		POLLO A LA PLANCHA CON TOMATES AL HORNO RELLENOS DE PURÉ DE PATATA		FILETE DE LENGUADO A LA PLANCHA CON ENSALADA DE ARROZ CON LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNAS	
FRUTA		FRUTA		FRUTA		FRUTA		FRUTA	
LUNES 21		MARTES 22		MIÉRCOLES 23		JUEVES 24		VIERNES 25	
ARROZ PILAF CON TOMATE		ESPAGUETIS BOLOGNESA		SOPA DE CARACOLA		LENTEJAS ESTOFADAS		PURÉ DE CALABAZA	
ABADEJO ADOBADO CON ENSALADA MIXTA		TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA VARIADA		ALBÓNDIGAS CASERAS CON PATATAS Y VERDURAS		CALAMARES A LA ANDALUZA CON ENSALADA <i>EDUCACIÓN INFANTIL</i>		CARNE ASADA CON PATATAS Y VERDURAS	
FRUTA		YOGUR		FRUTA		ZUMO NATURAL*		FRUTA	
FRUTA		FRUTA		FRUTA		FRUTA		FRUTA	
PURÉ DE PATATA Y ZANAHORIA		FILETE DE PANGA AL HORNO CON PATATA Y VERDURAS		TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE CANÓNIGOS Y TOMATE		POLLO SALTEADO CON VERDURAS Y ARROZ		SOPA DE PASTA LOMO DE MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA	
LOMO CON QUESO Y TOMATE AL HORNO		FRUTA		FRUTA		FRUTA		FRUTA	
FRUTA		FRUTA		FRUTA		FRUTA		FRUTA	
LUNES 28		MARTES 29		MIÉRCOLES 30		<div style="border: 2px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <p>COMEDOR ABRIL</p> <p>109,34 €</p> <p>VALES DIA 5,60 €</p> <p>LES RECORDAMOS QUE ESTA PROPUESTA DE MENÚ PODRIA VARIAR POR IMPREVISTOS.</p> <p>EN SOMBREADO LA PROPUESTA DE CENAS ELABORADA POR NUESTRA DIETISTA MARÍA COLOMER</p> </div>			
SOPA DE PESCADO		ENSALADA DE PASTA		SOPA DE COCIDO					
PECHUGA DE POLLO AL HORNO		MERLUZA ORLY CON ENSALADA MIXTA		HERVIDO MALLORQUÍN					
CON PATATAS Y JUDÍAS VERDES		FRUTA		YOGUR					
FRUTA		FRUTA		FRUTA		FRUTA		FRUTA	
TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA		BISTEC A LA PLANCHA CON COUSCOUS CON VERDURAS		MERLUZA AL HORNO CON PATATA TOMATE Y PARMESANO		FRUTA		FRUTA	
FRUTA		FRUTA		FRUTA		FRUTA		FRUTA	

* ZUMO NATURAL DE NARANJA