



COMEDORES ESCOLARES
Julio Tundidor Molina S.L.

+8
més bé

ASSESSORIA DE DIETÈTICA I NUTRICIÓ



MAYO 08

LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
	PURÉ DE CALABAZA	SOPA DE PASTA	LENTEJAS ESTOFADAS	ESPAQUETIS CON SALSA DE TOMATE
	LENGUADO EMPANADO CON ENSALADA MIXTA	FILETE PICADO A LA PLANCHA CON JUDÍAS VERDES CON TOMATE	PIZZA DE VERDURAS ATÚN Y JAMÓN YORK	TORTILLA DE JAMÓN CON PALITOS DE ZANAHORIA
	FRUTA	YOGUR	ZUMO NATURAL DE NARANJA	HELADO
	POLLO FILETEADO CON COUSCOUS Y VERDURAS	MERLUZA A LA PLANCHA CON ENSALADA DE ARROZ	LOMO A LA PLANCHA CON QUESO	RAPE AL VAPOR CON ENSALADILLA RUSA
	FRUTA	FRUTA	ENSALADA DE TOMATE	FRUTA
			FRUTA	
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
PURÉ DE VERDURAS	ARROZ DE PESCADO	ENSALADA DE PASTA	GARBANZOS ESTOFADOS	SOPA DE COCIDO
PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA CON PATATAS FRITAS	SALMÓN ADOBADO CON ENSALADA MIXTA	TORTILLA DE CALABACÍN Y PATATAS	MERLUZA ORLY	HERVIDO MALLORQUÍN
FRUTA	FRUTA	CON ENSALADA DE ATÚN	ZUMO NATURAL DE NARANJA	FRUTA
FRUTA	FRUTA	YOGUR	FRUTA	FRUTA
LENGUADO REBOZADO CON ENSALADA DE PASTA	SALTEADO DE COUSCOUS CON VERDURAS Y LOMO	PESCADO AL HORNO CON PATATA Y VERDURAS	PAVO A LA PLANCHA CON ARROZ Y CHAMPIÑONES	TORTILLA DE PATATAS Y ESPINACAS
FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	CON ENSALADA
				FRUTA
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
MACARRONES CON SAMFAINA	PAELLA VALENCIANA	SOPA DE COCIDO	LENTEJAS ESTOFADAS	PURÉ DE ZANAHORIA
ABADEJO ADOBADO CON ENSALADA	CROQUETAS DE POLLO CON PALITOS DE ZANAHORIA	ALBÓNDIGAS CASERAS CON PATATAS Y VERDURAS	PESCADO AL HORNO CON VERDURAS	CANELONES DE CARNE
FRUTA	FRUTA	FRUTA	ZUMO NATURAL DE NARANJA	YOGUR
FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
POLLO A LA PLANCHA CON CALABACÍN Y PATATA AL QUESO	MERLUZA SALTEADA CON PASTA, ESPINACAS Y PIÑONES	TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA	LOMO A LA PLANCHA CON ENSALADA DE PASTA	ARROZ 3 DELICIAS CON TORTILLA FRANCESA
FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
SOPA DE COCIDO	ENTREMÉS VARIADOS	PURÉ DE CALABAZA	GARBANZOS A LA CATALANA	ESPAQUETIS SALTEADOS CON AJO Y ACEITE DE OLIVA
HERVIDO MALLORQUÍN	ABADEJO ADOBADO CON ENSALADA	TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA MEDITERRÁNEA	POLLO ASADO CON PATATAS	CALAMARES A LA ANDALUZA CON ENSALADA MIXTA
FRUTA	FRUTA	HELADO	ZUMO NATURAL DE NARANJA	EDUCACIÓN INFANTIL
FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	MERLUZA ORLY
TORTILLA DE CALABACÍN Y PATATA	POLLO A LA PLANCHA CON TOMATE GRATINADO	PESCADO A LA PLANCHA CON ENSALADA DE PASTA	PA AMB OLI DE JAMÓN Y QUESO	LOMO DE CERDO CON ARROZ SALTEADO
CON ENSALADA	RELLENO DE COUSCOUS	FRUTA	CON TREMPÓ	FRUTA
FRUTA	FRUTA		FRUTA	

COMEDOR MAYO

94,43 €

VALES DIA 5,60 €

LES RECORDAMOS QUE ESTA PROPUESTA DE MENÚ PODRÍA VARIAR POR IMPREVISTOS.
EN SOMBREADO LA PROPUESTA DE CENAS ELABORADA POR NUESTRA DIETISTA MARÍA COLOMER
EL ZUMO NATURAL DE NARANJA OFRECIDO TODOS LOS JUEVES, PODRÁ SERVIRSE MIENTRAS DURE LA CAMPAÑA DE NARANJA MALLORQUINA