



NOVIEMBRE 2008



COMEDORES ESCOLARES
Julio Tundidor Molina S.L.



María Colomer Valiente
Dietista – Nutricionista
Col. nº IB0005

CP MIGJORN-BENDINAT

DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
MACARRONS AMB SAMFAINA	SOPA DE BULLIT	PURÉ DE PORROS I CARABASSA	SOPA DE PEIX	LLENTIES ESTOFADES
LLENGUADO A L'ADOBA AMB AMANIDA MIXTA	LLOM AL FORN AMB MONGETES VERDES SALTEJADES	LLOMILLO DE POLLASTRE AL FORN AMB VERDURES I PATATES	TRUITA DE CARABASSÍ I PATATES AMB BASTONETS DE PASTANAGA	LLUÇ AL FORN AMB VERDURES I TOMÀTIGUES AL FORN
FRUITA	FRUITA	FRUITA	IOGURT	FRUITA
AGUIAT DE CARN AMB PATATES I VERDURES	TRUITA DE PATATES AMB AMANIDA DE LLETUGA TOMÀTIGA I OLIVES	SOPA DE PASTA LLOM DE PEIX AL FORN AMB TOMÀTIGA TREMPADA	POLLASTRE SALTEJAT AMB ARRÓS I VERDURES	AMANIDA PA AMB OLI
FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
PURÉ DE VERDURES	ESPAGUETIS SALTEJATS AMB ALL I OLI D'OLIVA	SOPA VEGETAL AMB GALLINA	CIGRONS ESTOFATS	SOPA DE BULLIT
TRUITA DE CARABASSÍ AMB AMANIDA	SALMÓ A L'ADOBA AMB AMANIDA VARIADA	FRICANDELLE AL FORN AMB VERDURES I PATATES	LLUÇ ORLY AMB RODES DE TOMÀTIGA TREMPADA	BULLIT MALLORQUÍ
FRUITA	FRUITA	FRUITA	PETIT SUISSE	FRUITA
POLLASTRE AL FORN AMB PATATA I PEBRES AL FORN	SOPA DE PASTA PASTIS DE CARN I VERDURES	TRUITA DE PATATES AMB AMANIDA DE LLETUGA, PASTANAGA I FORMATGE	LLOM DE PORC AMB PURÉ DE PATATA I MONGETES SALTEJADES AMB S. DE TOMÀTIGA	PURÉ DE VERDURES AMB CROSTONS LLOM DE PEIX A LA PLANXA AMB AMANIDA
FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
ARRÓS AMB TOMÀTIGA	MACARRONS A LA NAPOLITANA	SOPA DE BULLIT	PURÉ DE CARABASSA	LLENTIES ESTOFADES
ESCALOPA MILANESSA AMB LLETUGA I PASTANAGA RATLLADA	LLUC BOLLIT AMB OLI D'OLIVA, MONGETES VERDES I PATATES	PILOTES CASSOLANES AMB PATATES I VERDURES	TRUITA DE PERNIL AMB AMANIDA DE TONYINA	ICTIOL A L'ADOBA AMB AMANIDA MIXTA
FRUITA	FRUITA	FRUITA	IOGURT	FRUITA
GREIXONERA D'OU BOLLIT AMB PATATA I VERDURA	PURÉ DE PATATA I VERDURES BISTEC A LA PLANXA AMB AMANIDA	LLOM DE PEIX AMB PATATES I CEBA AL FORN I AMANIDA	POLLASTRE SALTEJAT AMB COUSCOUS I VERDURES	PEBRES TORRATS PA AMB OLI
FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
SOPA VEGETAL	ESPAGUETIS SALTEJATS AMB ALL I OLI D'OLIVA	SOPA DE BULLIT	PURÉ DE PORROS I PASTANAGAS	MONGETES ESTOFADES
ESTOFAT D'INDIOT AMB VERDURES I PATATES	CALAMARS ROMANA AMB AMANIDA	BULLIT MALLORQUÍ	ICTIOL A L'ADOBA AMB TRAMPÓ	FILET CAPOLAT A LA PLANXA AMB MENESTRA DE VERDURAS
FRUITA	FRUITA	IOGURT	FRUITA	FRUITA
LLOM DE PEIX AMB PATATES, CEBA I TOMÀTIGA AL FORN I AMANIDA DE LLETUGA I PASTANAGA	LLOM SALTEJAT AMB ARRÓS I VERDURES	TRUITA DE PATATES AMB AMANIDA DE LLETUGA, TOMÀTIGA I OLIVES	AGUIAT DE POLLASTRE AMB VERDURES I PATATES	PURÉ DE PASTANAGA CROQUETES DE POLLASTRE AMB AMANIDA
FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA

MENJADOR NOVEMBRE 104,40 € VALS DIA 5,90 €

EN SOMBREJAT LA PROPOSTA DE SOPARS ELABORADA PER LA NOSTRA DIETISTA MARÍA COLOMER