



SEPTIEMBRE 2008



COMEDORES ESCOLARES
Julio Tundidor Molina S .L.



María Colomer Valiente
Dietista – Nutricionista
Col. nº IB0005

| LUNES 15 | MARTES 16 | MIÉRCOLES 17 | JUEVES 18 | VIERNES 19 |
|---|--|--|--|---|
| SOPA DE COCIDO | ESPAGUETIS SALTEADOS CON AJO Y ACEITE DE OLIVA | ARROZ DE PESCADO | PURÉ DE VERDURAS | LENTEJAS ESTOFADAS |
| LOMO AL HORNO CON JUDÍAS VERDES SALTEADAS | ABADEJO ADOBADO CON ENSALADA MIXTA | TORTILLA DE JAMÓN CON ENSALADA VARIADA | MERLUZA ORLY CON RODAJAS DE TOMATE ALIÑADO | FILETE RUSO A LA PLANCHA CON MENESTRA DE VERDURAS |
| FRUTA | FRUTA | YOGUR | FRUTA | FRUTA |
| TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE TOMATE | ARROZ INTEGRAL SALTEADO CON VERDURITAS Y POLLO | FILETE DE SALMÓN AL HORNO CON PATATA Y BRÓCOLI | COUS COUS CON VERDURAS BISTEC A LA PLANCHA | FILETE DE DORADA REBOZADO CON ENSALADA DE LAZOS, TOMATE Y ACEITUNAS NEGRAS |
| FRUTA | FRUTA | FRUTA | FRUTA | FRUTA |
| LUNES 22 | MARTES 23 | MIÉRCOLES 24 | JUEVES 12 | VIERNES 13 |
| SOPA DE COCIDO | ENSALADA DE PASTA | SOPA DE PESCADO | PURÉ DE CALABAZA | GARBANZOS ESTOFADOS |
| PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA CON PATATAS | SALMÓN ADOBADO A LA PLANCHA CON ENSALADA MIXTA | CANALONES ROSSINI | LENGUADO EMPANADO CON ENSALADA | ALBÓNDIGAS CASERAS CON VERDURAS Y PATATAS |
| FRUTA | FRUTA | FRUTA | YOGUR | FRUTA |
| HUEVOS COCIDOS CON ENSALADA VARIADA | PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA CON PURÉ DE PATATA Y JUDÍAS CON TOMATE | TORTILLA DE PATATA CON TREMPÓ | ENSALADA PA AMB OLI DE JAMÓN Y QUESO | MERLUZA AL HORNO CON PATATA, CEBOLLA, TOMATE Y PARMESANO |
| FRUTA | FRUTA | FRUTA | FRUTA | FRUTA |
| LUNES29 | MARTES 30 | | | |
| ARROZ CON TOMATE | MACARRONES CON CARNE | | | |
| LOMO EMPANADO CON JUDÍAS VERDES SALTEADAS | MERLUZA ORLY CON RODAJAS DE TOMATE ALIÑADO | | | |
| FRUTA | FRUTA | | | |
| TORTILLA DE PATATA CON TREMPÓ | POLLO AL HORNO CON PATATAS Y ENSALADA | | | |
| FRUTA | FRUTA | | | |

COMEDOR SEPTIEMBRE

62,64 €

VALES DIA 5,90 €

LES RECORDAMOS QUE ESTA PROPUESTA DE MENÚS PODRIA VARIAR POR IMPREVISTOS.
EN SOMBREADO LA PROPUESTA DE CENAS ELABORADA POR NUESTRA DIETISTA MARÍA COLOMER