



MARÇ 2009
COMEDORES ESCOLARES
Julio Tundidor Molina S.L.
CP. GASPAB SABATER
PALMANYOLA



María Colomer Valiente
Dietista – Nutricionista
 Col. n° IB0005

DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
PURE DE VERDURES	AMANIDA DE PASTA	SOPA DE BULLIT	SOPA DE PEIX AMB ARRÒS INTEGRAL	LLENTIES ESTOFADES
Pitera de Pollastre a la planxa amb patates i amanida	LLUÇ AL FORN AMB SALSA DE TOMÀTIGA NATURAL	PILOTES CASOLANES AMB PATATES I VERDURES	SALMÓ A L'ADOBÀ AMB BASTONETS DE PASTANAGA	TRUITA ESPANYOLA AMB AMANIDA MIXTA
FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA
	SOPA DE BROU	LLENGUADO ARREBOSSAT AMB AMANIDA	PITRERA DE POLLASTRE AMB PATATES , CEBÀ I TOMÀTIGA AL FORN	AMANIDA
	TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA	FRUITA	FRUITA	PIZZA DE VERDURES I PERNIL
	FRUITA			FRUITA
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
PURE DE CARABASSA	CANALONS ROSSINI	CIGRONS ESTOFATS	SOPA DE BULLIT	ARRÒS PILAF AMB TOMÀTIGA
LLENGUADO A L'ADOBAT AMB AMANIDA D'ARRÒS	TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA I CARRABASSÍ	FILET CAPOLAT A LA PLANXA AMB MONGETES I PATATES	BULLIT MALLORQUÍ	LLUÇ ORLY AMB AMANIDA VARIADA
FRUITA	FRUITA	FRUITA	IOGURT	FRUITA
SALSITXES DE POLLASTRE AMB PURÉ DE PATATA I TOMÀTIGA	LLUÇ AL FORN AMB PATATES, ALLS TENDRES, CEBÀ I TOMÀTIGA	TRUITA DE PATATES I BLEDES AMB AMANIDA	FILET D'ORADA A LA PLANXA AMB PASTA AMB TOMÀTIGA I OLIVES NEGRES	POLLASTRE FILETEJAT AMB PISTO DE VERDURES
FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
CREMA NATURAL D'ESPÀRRECS	ESPAGUETIS SALTEJATS AMB ALL I OLI D'OLIVA	BROU COLAT DE VERDURES I GALLINA	CIGRONS ESTOFATS	ARRÒS AMB TOMÀTIGA
LLOM AL FORN AMB PATATES I VERDURES	LLUÇ ORLY AMB BASTONETS DE PASTANAGA	PILOTES CASOLANES AMB PATATES I VERDURES	PITRERA DE POLLASTRE AL FORN AMB PATATES I VERDURES	CALAMARS A L'ANDALUSA (PELS PETITS LLENGUADO PANAT) AMB AMANIDA MIXTA
FRUITA	FRUITA	FRUITA	PETIT SUISSE	FRUITA
TRUITA DE PATATES AMB AMANIDA	POLLASTRE AMB VERDURES A LA PLANXA I ARRÒS SALTEJAT	LLENGUADO A LA PLANXA AMB AMANIDA DE PATATA	AMANIDA DE PASTA AMB OUBULLIT	AGUIAT DE POLLASTRE AMB PATATES I VERDURA
FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
PURÉ DE CARABASSA	MACARRONS BOLOGNESE	PAELLA DE VERDURES	LLENTIES ESTOFADES AMB ARRÒS	SOPA DE PEIX AMB FIDEUS INTEGRALS
ESCALOPA A LA MILANESA AMB PATATES I VERDURES	ICTIOL AL FORN SALTEJAT DE ALBERGÍNIA, CARRABASSÍ, PEBRE VERMELL I CEBÀ NATURAL	PERNIL I FORMATGE AMB AMANIDA MIXTA	FRICANDELLE AL FORN AMB MINESTRA	SALMÓ A L'ADOBÀ AMB AMANIDA MIXTA
FRUITA	FRUITA	FRUITA	IOGURT	FRUITA
TRUITA DE PATATES I ESPINACS AMB AMANIDA	POLLASTRE A LA PLANXA AMB ARRÒS I AMANIDA	AGUIAT DE RAP AMB PATATES I VERDURES	AMANIDA	POLLASTRE AMB PATATES , CEBÀ I TOMÀTIGA AL FORN
FRUITA	FRUITA	FRUITA	OUS BOLLITS AMB PATATA I PASTANAGA	
			FRUITA	FRUITA
DILLUNS 30	DIMARTS 31	<p>MENJADOR MARÇ 124,30 € VALS DIA 6,25 €</p> <p>VOS RECORDAM QUE AQUESTA PROPOSTA DE MENUS PODRIA VARIAR PER IMPREVISTOS. EN SOMBREJAT LA PROPOSTA DE SOPARS ELABORADA PER LA NOSTRA DIETISTA MARIA COLOMER</p>		
ESPAGUETIS SALTEJATS AMB ALL I OLI D'OLIVA	PAELLA MIXTA AMB ARRÒS INTEGRAL			
LLOM A LA PLANXA AMB SANFAINA	CHOCO AL ALLET (LLENGUADO PELS PETITS) AMB AMANIDA			
FRUITA	FRUITA			
TRUITA DE PATATES AMB AMANIDA	COUS COUS AMB VERDURES I POLLASTRE			
FRUITA	FRUITA			