María Colomer Valiente
Dietista-Nutricionista
Col. IB00005

COMEDORES ESCOLARES
Julio Tundidor Molina SL

Menú general mes de setembre de 2018

CEIP XALOC

		DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
		SOPA DE BULLIT LLOM ADOBAT TRAMPÓ MALLORQUÍ FRUITA DE TEMPORADA	CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA LLUÇ AL FORN CEBA, TOMÀTIGA I PATATA PANADERA FRUITA DE TEMPORADA	ENSALADA DE PASTA (tomàtiga, blat, tonyina i olives) SALSITXES FRESQUES A LA PLANXA BROTS TENDRES, PASTANAGA I REMOLATXA FRUITA DE TEMPORADA
		Suggeriment de sopar: *Arròs saltejat amb pisto de verdures i cigrons* *Fruita de temporada*	***Suggeriment de sopar:*** *Truita de carabassí i ceba amb ensalada variada amb alvocat* *Fruita de temporada*	***Suggeriment de sopar:*** *"Gazpacho" i hamburguesa de lluç i gambes amb arròs* *Fruita de temporada*
DILLUNS 17	**DIMARTS 18**	**DIMECRES 19**	**DIJOUS 20**	**DIVENDRES 21**
SOPA DE PEIX SALMÓ A LA PLANXA MONGETES I PATATES BULLIDES FRUITA DE TEMPORADA	ARRÒS ALA CUBANA CROQUETES DE POLLASTRE LLETUGA, TOMÀTIGA I PALMITO FRUITA DE TEMPORADA	PURÉ DE CARABASSA, PASTANAGA I LLEGUM TRUITA DE PERNIL COLFLORI ARREBOSSADA IOGURT	SOPA DE POLLASTRE PILOTES CASOLANES VERDURES I PATATES FRUITA DE TEMPORADA	LLENTIES ESTOFADES CALAMARS ADOBATS BROTS TENDRES, TOMÀTIGA I PASTANAGA FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: *Truita de patata i ceba amb ensalada amb olives* *Fruita de temporada*	***Suggeriment de sopar:*** *Lluç amb all i pebre dolç, patata i carabassí a la planxa* *Fruita de temporada*	***Suggeriment de sopar:*** *Pitera de pollastre a la planxa amb ensalada d'arròs* *Fruita de temporada*	***Suggeriment de sopar:*** *Rap saltejat amb estragó i llimona, ensalada de couscous* *Fruita de temporada*	***Suggeriment de sopar:*** *Fajitas de pollastre amb ceba i pebres* *Fruita de temporada*
DILLUNS 24	**DIMARTS 25**	**DIMECRES 26**	**DIJOUS 27**	**DIVENDRES 28**
CREMA DE PORROS LLUÇ AL FORN A LA MALLORQUINA FRUITA DE TEMPORADA	MACARRONS A LA NAPOLITANA TRUITA A LA FRANCESA TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES I ORENGA FRUITA DE TEMPORADA	FIDEUS GRUIXATS DE PEIX FRICANDELA A LA PLANXA VERDURES SALTEJADAS IOGURT	CIGRONS AMB VERDURES LLENGUADO ADOBAT LLETUGUES, ESPÀRRECS I TOMÀTIGA FRUITA DE TEMPORADA	SOPA DE BULLIT BULLIT FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: *Pollastre saltejat amb romaní i ensalada d'arròs* *Fruita de temporada*	***Suggeriment de sopar:*** *Llenguado a la planxa amb arròs saltejat amb verdures* *Fruita de temporada*	***Suggeriment de sopar:*** *Truita de patata i ceba, ensalada amb olives* *Fruita de temporada*	***Suggeriment de sopar:*** *Pisto de verdures amb formatge de cabra* *Fruita de temporada*	***Suggeriment de sopar:*** *Pizza variada amb canonges i rúcula* *Fruita de temporada*

Els menús van acompanyats de pa i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar i trempar els plats.
Cada mes incorporam, en la mesura de les possibilitats, productes locals de temporada. Aquest mes seran:PATATA, CEBA, TOMÀTIGA I CARABASSÍ
SI NECESSITA INFORMACIÓ DEL AL·LÈRGOGENS CONTINGUTS EN EL MENÚ CONTACTI AMB LES OFICINES CRIDANT AL 971682415

IMPORT MENSUAL DEL MENJADOR: 78,26 €
VALS DIARIS: 6,60 €
La quota s'abonarà de l'1 al 5 de cada mes.