

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

NOTA INFORMATIVA A LOS PADRES / NOTA INFORMATIVA ALS PARES

LOS NIÑOS TOMAN DOS DÍAS A LA SEMANA ZUMO DE NARANJA EN EL COMEDOR ESCOLAR  
ELS XIQUETS PRENEN DOS DIES A LA SETMANA SUC DE TARONJA EN EL MENJADOR ESCOLAR

	Día 9	Día 10	Día 11	Día 12	Día 13
Desayuno sugerido	Yogur, zumo natural	Leche con cereales, fruta	Leche con cereales, fruta	Yogur, frutos secos	Yogur, tostada con atún
Comida con ERCOMED	Ensalada / Amanida <b>Lentejas; jardinera</b> <b>Llenteles; jardinera</b>	Ensalada / Amanida <b>Sopa de pollo</b> <b>Sopa de pollastre</b>	Ensalada / Amanida <b>Puré de verdura</b> <b>Puré de verdura</b>	Ensalada / Amanida <b>Paella</b> <b>Paella</b>	Ensalada / Amanida <b>Espagueti; gratinado;</b> <b>Espagueti; gratinado;</b>
Cena sugerida	<b>Longanizas con guisantes;</b> <b>Llonganisses amb pèsol;</b> Fruta / Fruita Crema de verduras Sardinas a la plancha	<b>Albóndigas campesina</b> <b>Mandonguilles; campesina</b> Postre lácteo / Postre lacti Hervido valenciano Tortilla al gusto	<b>Lomo empanado</b> <b>Llomello empanat</b> Fruta / Fruita Hervido Filete de dorada	<b>Entremeses variados;</b> <b>Entremeses variats;</b> Postre lácteo / Postre lacti Menestra de verdura Pollo empanado	<b>Filete de merluza</b> <b>Filet de lluç</b> Fruta / Fruita Sopa de fideos Pollo guisado

	Día 16	Día 17	Día 18	Día 19	Día 20
Desayuno sugerido			Leche, tostada con mermelada	Yogur con cereales, fruta	
Comida con ERCOMED	<b>Festivo</b> <b>Festiu</b>	<b>Festivo</b> <b>Festiu</b>	Ensalada / Amanida <b>Lentejas con chorizo</b> <b>Llenteles; amb choriz;</b>	Ensalada / Amanida <b>Fideuà</b> <b>Fideuà</b>	<b>Festivo</b> <b>Festiu</b>
Cena sugerida			<b>Flamenquín con tomate</b> <b>Flamenquín amb tomata</b> Fruta / Fruita Sopa de fideos Pollo empanado	<b>Entremeses variados;</b> <b>Entremeses variats;</b> Postre lácteo / Postre lacti Hervido valenciano Salmón a la plancha	

	Día 23	Día 24	Día 25	Día 26	Día 27
Desayuno sugerido	Yogur, tostada con atún	Leche con cereales, fruta	Yogur, tostada con atún	Yogur, frutos secos	Zumo, tostada con atún
Comida con ERCOMED	Ensalada / Amanida <b>Macarrones; boloñesa</b> <b>Macarrons; bolonyesa</b>	Ensalada / Amanida <b>Fideuà</b> <b>Fideuà</b>	Ensalada / Amanida <b>Potage de garbanos;</b> <b>Cuit de cigrons;</b>	Ensalada / Amanida <b>Paella</b> <b>Paella</b>	Ensalada / Amanida <b>Sopa de pollo</b> <b>Sopa de pollastre</b>
Cena sugerida	<b>Merluza empanada</b> <b>Lluç empanat</b> Fruta / Fruita Sopa de fideos Pollo guisado	<b>Lomo cerdo al horno</b> <b>Llomello porc al forn</b> Postre lácteo / Postre lacti Hervido valenciano Filete de dorada	<b>Pollo al horno</b> <b>Pollastre al forn</b> Fruta / Fruita Puré de verduras Tortilla francesa	<b>Entremeses variados;</b> <b>Entremeses variats;</b> Postre lácteo / Postre lacti Menestra de verdura Pollo empanado	<b>Tortilla de patata</b> <b>Truita de creilla</b> Fruta / Fruita Crema de verduras Bacalao con tomate

	Día 30	Día 31
Desayuno sugerido	Yogur, zumo natural	Leche con cereales, fruta
Comida con ERCOMED	Ensalada / Amanida <b>Lentejas; campesina</b> <b>Llenteles; campesina</b>	Ensalada / Amanida <b>Crema de verduras;</b> <b>Crema de verdure;</b>
Cena sugerida	<b>Albóndigas; jardinera</b> <b>Mandonguilles; jardinera</b> Fruta / Fruita Hervido valenciano Salmón a la plancha	<b>Pollo al horno</b> <b>Pollastre al forn</b> Postre lácteo / Postre lacti Sopa de fideos Tortilla francesa

# Feliz Año 2012

Composición ensalada diaria comida: Lechuga, tomate, zanahoria, maíz  
Composició amanida diaria del dinar: Enciam, tomàquet, pastanaga, dacs

Asesoramiento Nutricional: **Pilar Esquer** Nutrición y Dietética N° Colegiada 644

