

OCTUBRE



MENÚ 1 AÑO



Colegios Zola Villafranca

| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|---|----------------------------------|---|--|------------------------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 |
| Menú aprobado en el comité de nutrición del Colegio Zola en sesión de 3 de septiembre de 2024. Todos nuestros platos se elaboran con materias primas de primera calidad. | Crema de verduras con pollo | Crema de verduras con merluza | Crema de verduras con cerdo | Crema de verduras con huevo |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| Crema de verdura con lenguadina | Crema de verduras con pavo | Crema de verdure con garbanzos y carne de ternera y pollo | Crema de verduras con merluza | crema de verduras con huevo |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| Crema de verduras con pescado blanco | crema de verduras con huevoa | Crema de verduras Con lomo cerdo | Crema de verdure con pollo | Crema de verdura con bacalao |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| Crema de verduras con lenguadina | Crema de verduras con ternera | Crema de verduras con merluza | Crema de verduras con garbanzos y carne | Crema de verduras con huevo |
| 28 | 29 | 30 | 31  | |
| Crema de verduras con palometa | Crema de verduras con lomo cerdo | Crema de verduras con pollo | Crema de verduras con abadejo | |

OCTUBRE



MENÚ INFANTIL



Colegios Zola Villafranca

| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|---|---|--|--|--|
| | 1 | 2 | 3 | 4 |
| <p>Menú aprobado en el comité de nutrición del Colegio Zola en sesión de 3 de septiembre de 2024. Todos nuestros platos se elaboran con materias primas de primera calidad.</p> | <p>Guisantes con jamón Pollo asado Patatas fritas zanahorias baby Fruta fresca, pan y agua 624,17 Kcal 89,66 g HC 27,33 g Lip 45,26 g Prot BOCADILLO JAMON</p> | <p>Arroz a banda Merluza rebozada Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Yogur, pan y agua 566,4 Kcal 70,76 g HC 21,19 g Lip 19,45 g Prot ALMUERZO: FRUTA</p> | <p>ALEMANIA Pasta a la carbonara Salchichas frankfurt pure de patata Bizcocho BOCADILLO QUESO 690,19Kcal 67,50 g HC 36,20 g Lip 26,67 g Prot</p> | <p>Crema de verduras Tortilla de patata y calabacín Ensalada de lechuga zanahoria y maíz 636,68 Kcal 80,23 g HC 27,1 ALMUERZO: FRUTA</p> |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| <p>Espaguetis napolitana 1,3T Lenguadina rebozada 1,4 Ensalada: lechuga tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agua 597,02 Kcal 88,94g HC 25 g Lip 55,49 g Prot ALMUERZO: FRUTA</p> | <p>Crema de calabacín 13 Ragú de pavo estofado patatas fritas 13 Fruta fresca, pan *, agua 558,51 Kcal 99,57 g HC 28,22 g Lip 22,21 g Prot BOCADILLO NOCILLA</p> | <p>Sopa de fideos 1,13 Garbanzos , pat13, zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Yogur 2, pan * y agua 557,02 Kcal 58,94g HC 25 g Lip 55,49 g Prot ALMUERZO: FRUTA</p> | <p>Arroz ECO con verduras y pollo Filete de merluza en salsa 1,4 Ensalada: lechuga tomate y remolacha Fruta fresca, pan *, agua37,23 g Lip 46,03 g Prot BOCADILLO CHORIZO</p> | <p>Judías blancas con verduras 1,13 Tortilla con queso 2,3,13 Ensalada de lechuga, zanahoria y aceituna Yogur 2, pan integral * y agua 611,68 Kcal 75,23 g HC 29,1 ,19,45 g Prot ALMUERZO: FRUTA</p> |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| <p>Arroz con salsa de tomate Salmón al horno 1,4 Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agua577,02 Kcal 88,94g HC 25 g Lip 55,49 g Prot ALMUERZO: FRUTA</p> | <p>Patatas guisadas con ternera 1, 13 Huevos villaroy 1,2,3,4T,5T,6T,8,13 Ensalada: lechuga tomate y maíz Fruta fresca, pan *, Fruta fresca, pan y agua 506,25 Kcal 64,54 g HC 29,2 g Lip 41,38 g Prot BOCADILLO SALCHICHON</p> | <p>Lentejas ECO estofadas con verduras 1, 13 Cinta de lomo en salsa española Patatas fritas Yogur , pan * y agua 635,81 Kcal 83,25 g HC 30,37 g Lip 24,35 g Prot ALMUERZO: FRUTA</p> | <p>Puré de zanahoria Muslitos de pollo en salsa cous cous Fruta fresca, pan y agua 586,69 Kcal 64,76 g HC 19,87 g Lip 33,55 g Prot BOCADILLO NOCILLA</p> | <p>Macarrones soja pollo Bacalao con tomate Ensalada de lechuga, zanahoria y apio Yogur local, pan y agua 636,68 Kcal 80,23 g HC 27,15 g Lip 14,61 g Prot ALMUERZO: FRUTA</p> |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| <p>Espirales con tomate y queso 1,2,3T Lenguadina al limón 1,4 Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agua 587,22 Kcal 102,64 g HC 35,31 g Lip 32,72 g Prot ALMUERZO: FRUTA</p> | <p>Jud. verdes rehogadas con pat13 y toma Albóndigas en salsa 1,8 con arroz integral Ensalada: lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua QUESITOS CON BISCTOTES</p> | <p>Crema de otoño 13 Merluza a la romana 1,4 Ensalada de lechuga, tomate y maíz Yogur 2, pan * y agua 603,63 Kcal 55,16 g HC 24,96 g Lip 35,37 g Prot ALMUERZO: FRUTA</p> | <p>Sopa de fideos 1,13 Garbanzos , pat13, zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Fruta fresca, pan *, agua BOCADILLO JAMON YORK 771,21 Kcal 99,43 g HC 25,26 g Lip 30,54 g Prot ALMUERZO BOCADILLO JAMON YORK</p> | <p>Arroz a banda 4,5,6 Tortilla con jamón 3,13 Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur 2, pan integral * y agua 824,17 Kcal 89,66 g HC 27,33 g Lip 45,26 g Prot ALMUERZO: FRUTA</p> |
| 28 | 29 | 30 | 31 | |
| <p>Lentejas con chorizo 1, 13 Palometa con salsa de tomate 1,4 Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agua 573,08 Kcal 57,43 g HC 23,85 g Lip 28,73 g Prot ALMUERZO: FRUTA</p> | <p>Macarrones ECO boloñesa 1,3,13 Magro de cerdo en salsa Lomo de Sajonia a la plancha Patatas dado 13 Fruta fresca, pan * y agua 648,3 Kcal 85,1 g HC 24,12 g Lip 18,98 g Prot BICADILLO MORTADELA</p> | <p>Sopa de picadillo 1,3 Pollo asado Verduritas salteadas 5T,6T,10T Yogur 2, pan * y agua 604,42 Kcal 54,63 g HC 26,36 g Lip 38,68 g Prot ALMUERZO: FRUTA</p> | <p>Crema de calabaza Abadejo en salsa verde 1,4 Ensalada: lechuga tomate y remolacha Champiñones Fruta fresca, pan *, agua 704,42 Kcal 76,63 g HC 23,36 g Lip 38,68 g Prot BOCADILLO SALCHICHON</p> | |



| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|---|--|--|---|--|
| | 1 | 2 | 3 | 4 |
| <p>Menú aprobado en el comité de nutrición del Colegio Zola en sesión de 3 de septiembre de 2024. Todos nuestros platos se elaboran con materias primas de primera calidad.</p> | <p>Guisantes con jamón Pollo asado Patatas fritas zanahorias baby Fruta fresca, pan y agua 624,17 Kcal 89,66 g HC 27,33 g Lip 45,26 g ALMUERZO BOCADILLO JAMON</p> | <p>Arroz a banda Merluza rebozada Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Yogur, pan y agua 566,4 Kcal 70,76 g HC 21,19 g Lip 19,45 g Prot ALMUERZO: FRUTA</p> | <p>ALEMANIA Pasta a la carbonara Salchichas frankfut pure de patata Bizcocho 690,19Kcal 67,50 g HC 36,20 g Lip 26,67 g Prot ALMUERZO BOCADILLO QUESO</p> | <p>Crema de verduras Tortilla de patata y calabacín Ensalada de lechuga zanahoria y maíz Yogur, pan integral y agua 636,68 Kcal 80,23 g HC 27,1 ALMUERZO: FRUTA</p> |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| <p>Espaguetis napolitana 1,3T Lengüadina rebozada 1,4 Ensalada: lechuga tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agua 597,02 Kcal 88,94g HC 25 g Lip 55,49 g Prot ALMUERZO: FRUTA</p> | <p>Crema de calabacín 13 Ragú de pavo estofado patatas fritas 13 Fruta fresca, pan *, agua , 558,51 Kcal 99,57 g HC 28,22 Lip 22,21 g Prot ALMUERZO BOCADILLO PAVO</p> | <p>Sopa de fideos 1,13 Garbanzos , pat13, zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Yogur 2, pan * y agua 557,02 Kcal 58,94g HC 25 g Lip 55,49 g Prot ALMUERZO: FRUTA</p> | <p>Arroz ECO con verduras y pollo Filete de merluza en salsa 1,4 Ensalada: lechuga tomate y remolacha Fruta fresca, pan *, agua37,23 g Lip 46,03 g Prot ALMUERZO BOCADILLO CHORIZO</p> | <p>Judías blancas con verduras 1,13 Tortilla con queso 2,3,13 Ensalada de lechuga, zanahoria y aceituna Yogur 2, pan integral * y agua 611,68 Kcal 75,23 g HC 29,1,19,45 g Pro ALMUERZO: FRUTA</p> |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| <p>Arroz con salsa de tomate Salmón al horno 1,4 Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agua577,02 Kcal 88,94g HC 25 g Lip 55,49 g Prot ALMUERZO: FRUTA</p> | <p>Patatas guisadas con ternera 1, 13 Huevos villaroy 1,2,3,4T,5T,6T,8,13 Ensalada: lechuga tomate y maíz Fruta fresca, pan *, Fruta fresca, pan y agua 506,25 Kcal 64,54 g HC 29,2 g Lip 41,38 g Prot ALMUERZO BOCADILLO SALCHICHON</p> | <p>Lentejas ECO estofadas con verduras 1, 13 Cinta de lomo en salsa española Patatas fritas Yogur , pan * y agua 635,81 Kcal 83,25 g HC 30,37 g Lip 24,35 g Prot ALMUERZO: FRUTA</p> | <p>Puré de zanahoria Muslitos de pollo en salsa cous cous Fruta fresca, pan y agua 586,69 Kcal 64,76 g HC 19,87 g Lip 33,55 g Pro ALMUERZO BOCADILLO NOCILLA</p> | <p>Macarrones soja pollo Bacalao con tomate Ensalada de lechuga, zanahoria y apio Yogur local, pan y agua 636,68 Kcal 80,23 g HC 27,15 g Lip 14,61 g Prot ALMUERZO: FRUTA</p> |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| <p>Espirales con tomate y queso 1,2,3T Lengüadina al limón 1,4 Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agua 587,22 Kcal 102,64 g HC 35,31 g Lip 32,72 g Prot ALMUERZO: FRUTA</p> | <p>Jud. verdes rehogadas con pat13 y toma Albóndigas en salsa 1,8 con arroz integral Ensalada: lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua ALMUERZO 583,06 Kcal 63,12 g HC 23,27 g Lip 22,34 g Prot QUESITOS CON BISCOTES</p> | <p>Crema de otoño 13 Merluza a la romana 1,4 Ensalada de lechuga, tomate y aceituna Yogur 2, pan * y agua 603,63 Kcal 55,16 g HC 24,96 g Lip 35,37 g Prot ALMUERZO: FRUTA</p> | <p>Sopa de fideos 1,13 Garbanzos , pat13, zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Fruta fresca, pan *, agua 771,21 Kcal 99,43 g HC 25,26 g Lip 30,54 g Prot ALMUERZO BOCADILLO JAMON YORK</p> | <p>Arroz a banda 4,5,6 Tortilla con jamón 3,13 Ensalada de lechuga, zanahoria remolacha Yogur 2, pan integral * y agua 824,17 Kcal 89,66 g HC 27,33 g Lip 45,26 g Prot ALMUERZO: FRUTA</p> |
| 28 | 29 | 30 | 31 | |
| <p>Lentejas con chorizo 1, 13 Palometa con salsa de tomate 1,4 Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agua 573,08 Kcal 57,43 g HC 23,85 g Lip 28,73 g Prot</p> | <p>Macarrones ECO boloñesa 1,3,13 Magro de cerdo en salsa 1 Lomo de Sajonia a la plancha Patatas dado 13 Fruta fresca, pan * y agua 648,3 Kcal 85,1 g HC 24,12 g Lip 18,98 g Prot ALMUERZO BOCADILLO MORTADELA</p> | <p>Sopa de picadillo 1,3 Pollo asado Verduritas salteadas 5T,6T,10T Yogur 2, pan * y agua 604,42 Kcal 54,63 g HC 26,36 g Lip 38,68 g Prot</p> | <p>Crema de calabaza Abadejo en salsa verde 1,4 Ensalada: lechuga tomate y remolacha Champiñones Fruta fresca, pan *, agua 704,42 Kcal 76,63 g HC 23,36 g Lip 38,68 g Prot BOCADILLO SALCHICHON</p> | |



| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|---|---|---|--|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 |
| <p>Menú aprobado en el comité de nutrición del Colegio Zola en sesión de 3 de septiembre de 2024. Todos nuestros platos se elaboran con materias primas de primera calidad.</p> | <p>Gazpacho Guisantes con jamón Jamoncitos de pollo asados Jamoncitos de pollo al ajillo Patatas fritas zanahorias baby Fruta fresca, pan y agua 624,17 Kcal 89,66 g HC 27,33 g Lip 45,26 g Prot ALMUERZO BOCADILLO JAMÓN</p> | <p>Arroz a banda Ensalada de arroz Merluza rebozada Merluza al horno Pisto casero Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Yogur, pan y agua 566,4 Kcal 70,76 g HC 21,19 g Lip 19,45 g Prot ALMUERZO: FRUTA</p> | <p>ALEMANIA Pasta a la carbonara Salchichas frankfut pure de patata Bizcocho Fruta fresca2, pan integral * y agua 690,19Kcal 67,50 g HC 36,20 g Lip 26,67 g Prot ALMUERZO BOCADILLO QUESO</p> | <p>Crema de verduras Verduras asadas Tortilla de patata y calabacín Huevos villaroy Ensalada de lechuga zanahoria y maíz Champiñones salteados Yogur 2, pan integral * y agua 636,68 Kcal 80,23 g HC 27,1 ALMUERZO: FRUTA</p> |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| <p>Espaguetis napolitana 1,3T Espaguetis al ajillo 1, 3T Rabas de calamar1,4,5,6,2T,3T,8T,13 Calamares en salsa 5,6 Ensalada: lechuga tomate y zanahoria Patata hervida Fruta fresca, pan *, agua 597,02 Kcal 88,94g HC 25 g Lip 55,49 g Prot ALMUERZO: FRUTA</p> | <p>Crema de calabacín 13 Calabacín gratinado 1,2 Ragú de pavo estofado 1 Pavo a la barbacoa patatas fritas 13 Ensalada: lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua, 558,51 Kcal 99,57 g HC 28,22 g Lip 22,21 g Prot ALMUERZO: FRUTA</p> | <p>Sopa de fideos 1,13 Consomé Garbanzos , pat13, zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Ensalada de garbanzos Yogur 2, pan * y agua 557,02 Kcal 58,94g HC 25 g Lip 55,49 g Prot ALMUERZO: FRUTA</p> | <p>Arroz ECO con verduras y pollo Arroz ECO a banda 4,5,6 Filete de merluza en salsa 1,4 Filete de merluza a la andaluza 1,4 Ensalada: lechuga tomate y remolacha Guisantes salteados Fruta fresca, pan *, agua37,23 g Lip 46,03 g Prot ALMUERZO BOCADILLO CHORIZO</p> | <p>Judías blancas con verduras 1,13 Crema de legumbre y verduras 13 Tortilla con queso 2,3,13 Huevos rellenos 3,4 Ensalada de lechuga, zanahoria y aceituna Verduritas salteadas 5T,6T,10T Yogur 2, pan integral * y agua 611,68 Kcal 75,23 g HC 29,1,19,45 g Pro ALMUERZO: FRUTA</p> |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| <p>Arroz con salsa de tomate Ensalada de arroz Salmón al horno 1,4 Salmón en salsa 3,4 Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Champiñones salteados Fruta fresca, pan *, agua577,02 Kcal 88,94g HC 25 g Lip 55,49 g Prot ALMUERZO: FRUTA</p> | <p>Patatas guisadas con ternera 1, 13 Ensaladilla rusa 3,4,13 Huevos villaroy 1,2,3,4T,5T,6T,8,13 Tortilla de atún 3,4,13 Ensalada: lechuga tomate y maíz Pisto casero Fruta fresca, pan *, Fruta fresca, pan y agua 506,25 Kcal 64,54 g HC 29,2 g Lip 41,38 g Prot ALMUERZO BOCADILLO SALCHICHON</p> | <p>Lentejas ECO estofadas con verduras 1, 13 Crema de lentejas ECOy verduras 1,13 Cinta de lomo en salsa española 1 Lomo a la plancha Patatas fritas Ensalada: lechuga, zanahoria y aceituna Yogur casero 2, pan * y agua 635,81 Kcal 83,25 g HC 30,37 g Lip 24,35 g Prot ALMUERZO: FRUTA</p> | <p>Puré de zanahoria Brócoli salteado Muslitos de pollo en salsa Pollo a la plancha cous cous ensalada de lechuga, tomate y remolacha Fruta fresca, pan y agua 586,69 Kcal 64,76 g HC 19,87 g Lip 33,55 g Prot BOCADILLO NOCILLA</p> | <p>Macarrones soja pollo Macarrones con verduras Bacalao con tomate Bacalao al ajillo Pisto Ensalada de lechuga, zanahoria apio Yogur local, pan y agua 636,68 Kcal 80,23 g HC 27,15 g Lip 14,61 g Prot ALMUERZO: FRUTA</p> |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| <p>Espirales con tomate y queso 1,2,3T Espirales al ajillo 1,3T Lenguadina al limón 1,4 Lenguadina a la romana 1,4 Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Patatas a la gallega 13 Fruta fresca, pan *, agua 587,22 Kcal 102,64 g HC 35,31 g Lip 32,72 g Prot ALMUERZO: FRUTA</p> | <p>Jud. verdes rehogadas con pat13 y toma Puré de verduras 13 Albóndigas en salsa 1,8 Ragú de ternera en salsa 1,13 con arroz integral Ensalada: lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua 583,06 Kcal 63,12 g HC 23,27 g Lip 22,34 g Prot ALMUERZO QUEISTOS CON BISCOTES</p> | <p>Crema de otoño 13 Brócoli salteado Merluza a la romana 1,4 Filete de merluza al horno 1,4 Ensalada de lechuga, tomate y aceituna Patatas panaderas 13 Yogur 2, pan * y agua 603,63 Kcal 55,16 g HC 24,96 g Lip 35,37 g Prot ALMUERZO: FRUTA</p> | <p>Sopa de fideos 1,13 Consomé Garbanzos , pat13, zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Ensalada de garbanzos Fruta fresca, pan * , agua 771,21 Kcal 99,43 g HC 25,26 g Lip 30,54 g Prot ALMUERZO BOCADILLO JAMON YORK</p> | <p>Arroz a banda 4,5,6 Arroz tres delicias 3 Tortilla con jamón 3,13 Tortilla con queso 2,3,13 Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha Zanahorias baby Yogur 2, pan integral * y agua 824,17 Kcal 89,66 g HC 27,33 g Lip 45,26 g Prot ALMUERZO: FRUTA</p> |
| 28 | 29 | 30 | 31 | |
| <p>Lentejas con chorizo 1, 13 Crema de legumbres 1, 13 Palometa con salsa de tomate 1,4 Palometa a la bilbaína Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pisto Fruta fresca, pan *, agua 573,08 Kcal 57,43 g HC 23,85 g Lip 28,73 g Prot ALMUERZO: FRUTA</p> | <p>Macarrones ECO boloñesa 1,3,13 Macarrones ECO con verduras 1,3 Magro de cerdo en salsa Lomo de Sajonia a la plancha Patatas dado 13 Ensalada: lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan * y agua 648,3 Kcal 85,1 g HC 24,12 g Lip 18,98 g Prot BOCADILLO MORTADELA</p> | <p>Sopa de picadillo 1,3 Sopa de verduras Pollo asado Pollo al limón Verduritas salteadas 5T,6T,10T Ensalada de lechuga,tomate y aceitu Yogur 2, pan * y agua 604,42 Kcal 54,63 g HC 26,36 g Lip 38,68 g Prot ALMUERZO: FRUTA</p> | <p>Crema de calabaza Calabaza gratinada Abadejo en salsa verde 1,4 Abadejo rebozado 4, 1 Ensalada: lechuga tomate y remolacha Champiñones Fruta fresca, pan *, agua 704,42 Kcal 76,63 g HC 23,36 g Lip 38,68 g Prot ALMUERZO BOCADILLO SALCHICHON</p> | |

OCTUBRE



MENÚ PROFESORES



Colegios Zola Villafranca

| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|---|--|---|--|--|
| | 1 | 2 | 3 | 4 |
| Menú aprobado en el comité de nutrición del Colegio Zola en sesión de 3 de septiembre de 2024. Todos nuestros platos se elaboran con materias primas de primera calidad. | Gazpacho Guisantes con jamón Contra muslo de pollo asados Bacalao con tomate Patatas fritas zanahorias baby Fruta fresca, pan y agua | Arroz a banda Vichissoise Merluza rebozada Brochetas de pollo Pisto casero Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Yogur, pan y agua | ALEMANIA Pasta a la carbonara Chucrut Salchichas frankfut Codillo alemán pure de patata Bizcocho | Crema de verduras Verduras asadas Lomo asado Huevos villaroy Ensalada de lechuga zanahoria y maíz Champiñones salteados |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| Ensalada judías verdes Espaguetis al ajillo Cinta lomo plancha Calamares en salsa 5 Ensalada: lechuga tomate y zanahoria Patata hervida Fruta fresca, pan *, agua | Crema de calabacín Cous cous con verduras Ragú de pavo estofado Tortilla espinacas patatas fritas Ensalada: lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua , | Sopa de fideos Repollo rehogado al pimentón Garbanzos , pat zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Tosta de verduras Yogur , pan * y agua | Ensalada de espárragos Arroz ECO a banda Filete de merluza en salsa Ternera con salsa de soja Ensalada: lechuga tomate y remolacha Guisantes salteados Fruta fresca, pan * | Judías blancas con verduras Brócoli rehogado Filete pollo plancha Huevos rellenos Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Verduritas salteadas Yogur , pan integral * y agua |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| Arroz con salsa de tomate Alcachofas con jamón Salmón al horno York Villaroy Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Champiñones salteados Fruta fresca, pan *, agua | Patatas guisadas con ternera Ensaladilla rusa Gallo San Pedro plancha Huevo villaroy Ensalada: lechuga tomate y maíz Pisto casero Fruta fresca, pan *, Fruta fresca, pan y agua | Lentejas ECO estofadas con verduras Coliflor gratinada Jurel con piquillos Lomo a la plancha Patatas fritas Ensalada: lechuga, zanahoria y aceituna Yogur casero , pan * y agua | Puré de zanahoria Brócoli salteado Muslitos de pollo en salsa Calamares rebozados cous cous ensalada de lechuga, tomate y remolacha Fruta fresca, pan y agua | Macarrones soja pollo Ensalada César Bacalao confitado pavo plancha Pisto Ensalada de lechuga, zanahoria y apio Yogur local, pan y agua |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| Espirales con tomate y queso Menestra de verduras Lenguadina al horno Costillas en salsa de mostaza y miel Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Patatas a la gallega Fruta fresca, pan *, agua | Jud. verdes rehogadas con pat y toma Piquillos rellenos de bacalao Albóndigas en salsa Fogonero al horno Arroz integral Ensalada: lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua | Crema de otoño Brócoli salteado Muslos de pollo barbacoa Filete de merluza al horno Ensalada de lechuga, tomate y aceituna Patatas panaderas Yogur, pan * y agua | Sopa de fideos Repollo rehogado al pimentón Complemento de cocido Burritos mexicanos Ensalada variada Fruta fresca, pan *, agua y yogur | Espinacas rehogadas Arroz tres delicias Tortilla con jamón Chuletas a la riojana Ensalada Zanahorias baby Fruta fresca, pan integral *, agua y yogur |
| 28 | 29 | 30 | 31 | |
| Lentejas con chorizo Espárragos a la plancha Palometa la bilbaína Carrilleras en salsa de zanahoria Ensalada Pisto Fruta fresca, pan *, agua y yogur | Macarrones "ECO" boloñesa Verduras asadas Abadejo a la plancha Lomo empanado Ensalada Champiñones Fruta fresca, pan *, agua y yogur | Calabacines rellenos Sopa de verduras Pollo asado Revuelto de setas Verduritas salteadas Ensalada de lechuga,tomate y aceitu Yogur , pan * y agua | Crema de calabaza Calabaza gratinada Abadejo en salsa verde Fajitas de pollo y verduras Ensalada: lechuga tomate y remolacha Champiñones Fruta fresca, pan *, agua | |

OCTUBRE



MENÚ DIETAS PRIMERA SEMANA



Colegios Zola Villafranca

| | BASAL | DIETA Nº 1 | DIETA Nº 2 | DIETA Nº 3 | DIETA Nº 4 |
|-----------|---|---|--|---|---|
| | BASAL | CELÍACOS | SIN LECHE NI DERIVADOS | SIN HUEVO | SIN PESCADO ESTRICTA |
| LUNES | | | | | |
| MARTES | Guisantes con jamón Pollo asado Patatas fritas zanahorias baby Fruta fresca, pan y agua | Guisantes con jamón Pollo asado Patatas fritas zanahorias baby Fruta fresca, pan- S/G y agua | Guisantes con jamón Pollo asado Patatas fritas zanahorias baby Fruta fresca, pan y agua | Guisantes con jamón Pollo asado Patatas fritas zanahorias baby Fruta fresca, pan y agua | Guisantes con jamón Pollo asado Patatas fritas zanahorias baby Fruta fresca, pan y agua |
| MIÉRCOLES | Arroz a banda Merluza rebozada Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Yogur, pan y agua | Arroz a banda Merluza rebozada S/G Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Yogur, pan S/G y agua | Arroz a banda Merluza rebozada Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Yogur VEGETAL, pan y agua | Arroz a banda Merluza rebozada Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Yogur, pan y agua | Arroz blanco Pollo al horno Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Yogur, pan y agua |
| JUEVES | ALEMANIA Pasta a la carbonara Salchichas frankfut pure de patata Bizcocho | ALEMANIA Pasta a la carbonara S/G Salchichas frankfut pure de patata Bizcocho S/G | ALEMANIA Pasta con tomate Salchichas frankfut/carne cerdo pure de patata Bizcocho | ALEMANIA Pasta con tomate Salchichas frankfut pure de patata Bizcocho sin huevo | ALEMANIA Pasta a la carbonara Salchichas frankfut pure de patata Bizcocho |
| VIERNES | Crema de verduras Tortilla de patata y calabacín Ensalada de lechuga zanahoria y maíz | Crema de verduras Tortilla de patata y calabacín Ensalada de lechuga zanahoria y maíz | Crema de verduras Tortilla de patata y calabacín Ensalada de lechuga zanahoria y maíz Yogur VEGETAL, pan y agua | Crema de verduras Lomo asado Ensalada de lechuga zanahoria y maíz | Crema de verduras Tortilla de patata y calabacín Ensalada de lechuga zanahoria y maíz |

OCTUBRE



MENÚ DIETAS PRIMERA SEMANA



Colegios Zola
Villafranca

| | DIETA Nº 5 | DIETA Nº 6 | DIETA Nº 7 | DIETA Nº 8 | DIETA Nº9 |
|-----------|---|---|--|---|--|
| | SIN FRUTOS SECOS | SIN FRUTOS SECOS, NI LEGUMBRES NI LEGUMINOSAS | PROTECCIÓN GÁSTRICA - FÁCIL MASTICACIÓN | SIN CERDO | VEGETARIANO y vegetarian c/pescado |
| LUNES | | | | | |
| MARTES | Guisantes con jamón Pollo asado Patatas fritas zanahorias baby Fruta fresca, pan sin f.s y agua | Crema verduras Pollo asado Patatas fritas zanahorias baby Fruta fresca, pan y agua | Crema verduras Pollo horno Patata hervida zanahorias baby Fruta fresca, pan y agua | Guisantes rehogados Pollo asado Patatas fritas zanahorias baby Fruta fresca, pan y agua | Guisantes rehogados Lasaña vegetal Patatas fritas Fruta fresca, pan y agua |
| MIÉRCOLES | Arroz a banda Merluza rebozada Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Yogur, pan sin f.s y agua | Arroz a banda Sin legumbre Merluza rebozada Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Yogur, pan y agua | Arroz blanco Merluza horno Yogur, pan y agua | Arroz a banda Merluza rebozada Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Yogur, pan y agua | Arroz con tomate Merluza rebozada Yogur, pan y agua |
| JUEVES | ALEMANIA Pasta a la carbonara Salchichas frankfut pure de patata Bizcocho | ALEMANIA Pasta a la carbonara Salchichas frankfut/cerdo horno pure de patata Bizcocho | ALEMANIA Pasta blanca Cerdo horno pure de patata fruta | ALEMANIA Pasta a la carbonara Filete pollo horno pure de patata Bizcocho | ALEMANIA Pasta carbonara sin bacon Hamburguesa vegetariana pure de patata Bizcocho |
| VIERNES | Crema de verduras Tortilla de patata y calabacín Ensalada de lechuga zanahoria y maíz | Crema de verduras Tortilla de patata y calabacín Ensalada de lechuga zanahoria y maíz | Crema de verduras Tortilla francesa | Crema de verduras Tortilla de patata y calabacín Ensalada de lechuga zanahoria y maíz | Crema de verduras Tortilla de patata y calabacín Ensalada de lechuga zanahoria y maíz |

OCTUBRE



MENÚ DIETAS SEGUNDA SEMANA



Colegios Zola Villafranca

| | BASAL | DIETA Nº 1 | DIETA Nº 2 | DIETA Nº 3 | DIETA Nº 4 | |
|-----------|--|---|---|---|--|--|
| | BASAL | CELÍACOS | SIN LECHE NI DERIVADOS | SIN HUEVO | SIN PESCADO ESTRICTA | |
| LUNES | Espaguetis napolitana 1,3T Lenguadina rebozada 1,4 Ensalada: lechuga tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agua | Espaguetis napolitana S/G Lenguadina rebozada S/G Ensalada: lechuga tomate y zanahoria Fruta fresca, pan S/G *, agua | Espaguetis napolitana Lenguadina rebozada Ensalada: lechuga tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agua | Espaguetis napolitana Lenguadina rebozada Ensalada: lechuga tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agua | Espaguetis napolitana 1,3T Lomo al horno Ensalada: lechuga tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agua | |
| MARTES | Crema de calabacín 13 Ragú de pavo estofado patatas fritas 13 Fruta fresca, pan *, agua , | Crema de calabacín 13 Ragú de pavo estofado patatas fritas 13 Fruta fresca, pan S/G *, agua , | Crema de calabacín Ragú de pavo estofado patatas fritas Fruta fresca, pan *, agua , | Crema de calabacín Ragú de pavo estofado patatas fritas Fruta fresca, pan *, agua , | Crema de calabacín 13 Ragú de pavo estofado patatas fritas 13 Fruta fresca, pan *, agua , | |
| MIÉRCOLES | Sopa de fideos 1,13 Garbanzos , pat13, zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Yogur 2, pan * y agua | Sopa de fideos S/G Garbanzos , pat, zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Yogur, pan S/G* y agua | Sopa de fideos Garbanzos , pat13, zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Yogur VEGETAL, pan y agua | Sopa de fideos Garbanzos , pat, zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Yogur , pan * y agua | Sopa de fideos 1,13 Garbanzos , pat13, zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Yogur 2, pan * y agua | |
| JUEVES | Arroz ECO con verduras y pollo Filete de merluza en salsa 1,4 Ensalada: lechuga tomate y remolacha Fruta fresca, pan * | Arroz ECO con verduras y pollo Filete de merluza en salsa S/G Ensalada: lechuga tomate y remolacha Fruta fresca, pan S/g * | Arroz ECO con verduras y pollo Filete de merluza en salsa 1,4 Ensalada: lechuga tomate y remolacha Fruta fresca, pan * | Arroz ECO con verduras y pollo Filete de merluza en salsa Ensalada: lechuga tomate y remolacha Fruta fresca, pan * | Arroz ECO con verduras y pollo Ternera plancha Ensalada: lechuga tomate y remolacha Fruta fresca, pan * | |
| VIERNES | Judías blancas con verduras 1,13 Tortilla con queso 2,3,13 Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur 2, pan integral * y agua | Judías blancas con verduras Tortilla con queso Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur , pan S/G * y agua | Judías blancas con verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur VEGETAL, pan y agua | Judías blancas con verduras 1,13 Filete pollo plancha Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur 2, pan integral * y agua | Judías blancas con verduras 1,13 Tortilla con queso 2,3,13 Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur 2, pan integral * y agua | |

OCTUBRE



MENÚ DIETAS SEGUNDA SEMANA



Colegios Zola Villafranca

| | DIETA Nº 5 | DIETA Nº 6 | DIETA Nº 7 | DIETA Nº 8 | DIETA Nº 9 |
|-----------|---|--|---|--|--|
| | SIN FRUTOS SECOS | SIN LEGUMBRES NI LEGUMINOSAS | PROTECCIÓN GÁSTRICA - FÁCIL MASTICACIÓN | SIN CERDO | VEGETARIANO y vegetarian con pescado |
| LUNES | Espaguetis napolitana Lenguadina rebozada Ensalada: lechuga tomate y zanahoria Fruta fresca, pan sin f.s *, agua | Espaguetis napolitana Lenguadina rebozada Ensalada: lechuga tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agua | Espaguetis blancos Lenguadina horno zanahoria Fruta fresca, pan *, agua | Espaguetis napolitana 1,3T Lenguadina rebozada 1,4 Ensalada: lechuga tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agua | Espaguetis napolitana 1,3T Lenguadina rebozada 1,4 Ensalada: lechuga tomate y zanahoria. Calabacin gratinado Fruta fresca, pan *, agua |
| MARTES | Crema de calabacín Ragú de pavo estofado patatas fritas 13 Fruta fresca, pan sin f.s *, agua | Crema de calabacín Ragú de pavo estofado patatas fritas 13 Fruta fresca, pan *, agua , | Crema de calabacín Ragú de pavo estofado patatas horno Fruta fresca, pan *, agua , | Crema de calabacín 13 Ragú de pavo estofado patatas fritas 13 Fruta fresca, pan *, agua , | Crema de calabacín 13 Merluza plancha/ensalada de judias Fruta fresca, pan *, agua , |
| MIÉRCOLES | Sopa de fideos Garbanzos , pat13, zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Yogur 2, pan * y agua | Sopa de fideos 1,13 Garbanzos , pat, zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Yogur 2, pan * y agua | Sopa de fideos pat, zanah, chorizo,pollo Yogur, pan * y agua | Sopa de fideos Garbanzos , pat13, zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Yogur 2, pan * y agua | Sopa de fideos 1,13 Garbanzos , pat13, zanah, repollo Yogur 2, pan * y agua |
| JUEVES | Arroz ECO con verduras y pollo Filete de merluza en salsa 1,4 Ensalada: lechuga tomate y remolacha Fruta fresca, pan sin f.s *, agua | Arroz ECO con verduras y pollo Filete de merluza en salsa 1,4 Ensalada: lechuga tomate y remolacha Fruta fresca, pan * | Arroz ECO blanco Filete de merluza horno Fruta fresca, pan * | Arroz ECO con verduras y pollo Filete de merluza en salsa 1,4 Ensalada: lechuga tomate y remolacha Fruta fresca, pan * | Arroz ECO con verduras Verduras asadas/filete de merluza en salsa Ensalada: lechuga tomate y remolacha Fruta fresca, pan * |
| VIERNES | Judías blancas con verduras 1,13 Tortilla con queso 2,3,13 Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur 2, pan sin f.s * y agua | Judías blancas con verduras 1,13 Tortilla con queso 2,3,13 Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur 2, pan integral * y agua | Crema verduras Tortilla francesa Zanahoria hervida Yogur 2, pan integral * y agua | Judías blancas con verduras 1,13 Tortilla con queso 2,3,13 Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur 2, pan integral * y agua | Judías blancas con verduras 1,13 Tortilla con queso 2,3,13 Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur 2, pan integral * y agua |

OCTUBRE



MENÚ DIETAS TERCERA SEMANA



Colegios Zola Villafranca

| | BASAL | DIETA Nº 1 | DIETA Nº 2 | DIETA Nº 3 | DIETA Nº 4 |
|-----------|---|---|---|---|---|
| | BASAL | CELÍACOS | SIN LECHE NI DERIVADOS | SIN HUEVO | SIN PESCADO ESTRICTA |
| LUNES | Arroz con salsa de tomate Salmón al horno 1,4 Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan | Arroz con salsa de tomate Salmón al horno 1,4 Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan S/G | Arroz con salsa de tomate Salmón al horno Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan | Arroz con salsa de tomate Salmón al horno 1,4 Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan | Arroz con salsa de tomate Lomo plancha Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan |
| MARTES | Patatas guisadas con ternera 1, 13 Huevos villaroy 1,2,3,4T,5T,6T,8,13 Ensalada: lechuga tomate y maíz Fruta fresca, pan *, Fruta fresca, pan y agua | Patatas guisadas con ternera S/G Tortilla patata Ensalada: lechuga tomate y maíz Fruta fresca, pan s/g *, | Patatas guisadas con ternera 1, 13 Tortilla francesa Ensalada: lechuga tomate y maíz Fruta fresca, pan *, Fruta fresca, pan y agua | Patatas guisadas con ternera Taquitos de pollo Ensalada: lechuga tomate y maíz Fruta fresca, pan *, Fruta fresca, pan y agua | Patatas guisadas con ternera 1, 13 Tortilla patata Ensalada: lechuga tomate y maíz Fruta fresca, pan *, Fruta fresca, pan y agua |
| MIÉRCOLES | Lentejas ECO estofadas con verduras 1, 13 Cinta de lomo en salsa española Patatas fritas Yogur , pan * y agua | Arroz blanco Cinta de lomo en salsa española s/g Patatas fritas Yogur , pan S/G y agua | Lentejas ECO estofadas con verduras 1, 13 Cinta de lomo en salsa española Patatas fritas Yogur VEGETAL, pan y agua | Lentejas ECO estofadas con verduras 1, 13 Cinta de lomo en salsa española Patatas fritas Yogur , pan * y agua | Lentejas ECO estofadas con verduras 1, 13 Cinta de lomo en salsa española Patatas fritas Yogur , pan * y agua |
| JUEVES | Puré de zanahoria Muslitos de pollo en salsa cous cous Fruta fresca, pan y agua | Puré de zanahoria Muslitos de pollo en salsa s/g Patatas fritas Fruta fresca, pan S/Gy agua | Puré de zanahoria Muslitos de pollo en salsa cous cous Fruta fresca, pan y agua | Puré de zanahoria Muslitos de pollo en salsa cous cous Fruta fresca, pan y agua | Puré de zanahoria Muslitos de pollo en salsa cous cous Fruta fresca, pan y agua |
| VIERNES | Macarrones carbonara Bacalao con tomate Ensalada de lechuga, zaahoria y maiz Yogur local, pan y agua | Macarrones carbonara S/G Bacalao con tomate Ensalada de lechuga, zaahoria y maiz Yogur local, pan S/G y agua | Macarrones con tomate Bacalao con tomate Ensalada de lechuga, zaahoria y maiz Yogur VEGETAL, pan y agua | Macarrones con tomate Bacalao con tomate Ensalada de lechuga, zaahoria y maiz Yogur local, pan y agua | Macarrones carbonara Filete de ternera Ensalada de lechuga, zaahoria y maiz Yogur local, pan y agua |

OCTUBRE



MENÚ DIETAS TERCERA SEMANA



Colegios Zola Villafranca

| | DIETA Nº 5 | DIETA Nº 6 | DIETA Nº 7 | DIETA Nº 8 | DIETA Nº 11 |
|-----------|--|--|---|---|--|
| | SIN FRUTOS SECOS | SIN LEGUMBRES NI LEGUMINOSAS | PROTECCIÓN GÁSTRICA - FÁCIL MASTICACIÓN | SIN CERDO | VEGETARIANO |
| LUNES | Arroz con salsa de tomate Salmón al horno 1,4 Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan | Arroz con salsa de tomate Salmón al horno 1,4 Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan | Arroz blanco Merluza horno zanahoria Fruta fresca, pan | Arroz con salsa de tomate Salmón al horno 1,4 Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan | Arroz con salsa de tomate GUISANTES SALTEADOS Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan |
| MARTES | Patatas guisadas con ternera 1, 13 Huevos villaroy 1,2,3,4T,5T,6T,8,13 Ensalada: lechuga tomate y maíz Fruta fresca, pan *, Fruta fresca, pan y agua | Patatas guisadas con ternera Tortilla de patata Ensalada: lechuga tomate y maíz Fruta fresca, pan *, Fruta fresca, pan y agua | Pure patata Tortilla francesa Fruta fresca, pan *, Fruta fresca, pan y agua | Patatas guisadas con ternera Huevos villaroy Ensalada: lechuga tomate y maíz Fruta fresca, pan *, Fruta fresca, pan y agua | Patatas guisadas con verduras Huevos villaroy Ensalada: lechuga tomate y maíz Fruta fresca, pan *, Fruta fresca, pan y agua |
| MIÉRCOLES | Lentejas ECO estofadas con verduras 1, 13 Cinta de lomo en salsa española Patatas fritas Yogur , pan * y agua | Crema verduras Cinta de lomo en salsa española Patatas fritas Yogur , pan * y agua | Crema verduras Cinta de lomo plancha Patatas hervidas Yogur , pan * y agua | Lentejas ECO estofadas con verduras 1, 13 Pavo en salsa española Patatas fritas Yogur , pan * y agua | Lentejas ECO estofadas con verduras 1, 13 Brócoli asado Patatas fritas Yogur , pan * y agua |
| JUEVES | Puré de zanahoria Muslitos de pollo en salsa cous cous Fruta fresca, pan y agua | Puré de zanahoria Muslitos de pollo en salsa cous cous Fruta fresca, pan y agua | Puré de zanahoria Muslitos de pollo en salsa cous cous Fruta fresca, pan y agua | Puré de zanahoria Muslitos de pollo en salsa cous cous Fruta fresca, pan y agua | Puré de zanahoria Ensalada de garbanzos cous cous Fruta fresca, pan y agua |
| VIERNES | Macarrones carbonara Bacalao con tomate Ensalada de lechuga, zaahoria y maíz Yogur local, pan y agua | Macarrones carbonara Bacalao con tomate Ensalada de lechuga, zaahoria y maíz Yogur local, pan y agua | Macarrones blancos Bacalao plancha Patata hervida Yogur local, pan y agua | Macarrones carbonara sin bacon Bacalao con tomate Ensalada de lechuga, zaahoria y maíz Yogur local, pan y agua | Macarrones carbonara sin bacon Bacalao con tomate Ensalada de lechuga, zaahoria y maíz Yogur local, pan y agua |

OCTUBRE



MENÚ DIETAS CUARTA SEMANA



Colegios Zola Villafranca

| | BASAL | DIETA N° 1 | DIETA N° 2 | DIETA N° 3 | DIETA N° 4 |
|-----------|---|---|---|---|---|
| | BASAL | CELÍACOS | SIN LECHE NI DERIVADOS | SIN HUEVO | SIN PESCADO Estricta |
| LUNES | Espirales con tomate y queso 1,2,3T Lenguadina al limón 1,4 Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria | Espirales con tomate y queso S/G Lenguadina al limón Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria | Espirales con tomate Lenguadina al limón Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria | Espirales con tomate y queso Lenguadina al limón Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria | Espirales con tomate y queso 1,2,3T Lomo al horno Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria |
| MARTES | Jud. verdes rehogadas con pat13 y toma Albóndigas en salsa 1,8 con arroz integral Ensalada: lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua | Jud. verdes rehogadas con pat13 y toma Albóndigas en salsa S/G con arroz integral Ensalada: lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan S/G *, agua | Jud. verdes rehogadas con pat y toma Albóndigas en salsa con arroz integral Ensalada: lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua | Jud. verdes rehogadas con pat13 y toma Albóndigas en salsa 1,8 con arroz integral Ensalada: lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua | Jud. verdes rehogadas con pat13 y toma Albóndigas en salsa 1,8 con arroz integral Ensalada: lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua |
| MIÉRCOLES | Crema de otoño 13 Merluza a la romana 1,4 Ensalada de lechuga, tomate y maíz Yogur 2, pan * y agua | Crema de otoño 13 Merluza a la romana S/G Ensalada de lechuga, tomate y maíz Yogur , pan S/G * y agua | Crema de otoño Merluza a la romana Ensalada de lechuga, tomate y maíz Yogur VEGETAL, pan y agua | Crema de otoño 13 Merluza a la romana 1,4 Ensalada de lechuga, tomate y maíz Yogur 2, pan * y agua | Crema de otoño 13 Pollo a la plancha Ensalada de lechuga, tomate y maíz Yogur 2, pan * y agua |
| JUEVES | Sopa de fideos 1,13 Garbanzos , pat13, zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Fruta fresca, pan *, agua | Sopa de fideos S/G Garbanzos , pat13, zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Fruta fresca, pan S/G*, agua | Sopa de fideos Garbanzos , pat13, zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Fruta fresca, pan *, agua | Sopa de fideos 1,13 Garbanzos , pat13, zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Fruta fresca, pan *, agua | Sopa de fideos 1,13 Garbanzos , pat13, zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Fruta fresca, pan *, agua |
| VIERNES | Arroz a banda 4,5,6 Tortilla con jamón 3,13 Ensalada de lechuga, zanahoria y maí Yogur 2, pan integral * y agua | Arroz a banda 4,5,6 Tortilla con jamón 3,13 Ensalada de lechuga, zanahoria y maí Yogur 2, pan S/G* y agua | Arroz a banda 4,5,6 Tortilla con jamón 3,13 Ensalada de lechuga, zanahoria y maí Yogur VEGETAL, pan y agua | Arroz a banda 4,5,6 Chuleta de cerdo a la cerdo al horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maí Yogur 2, pan integral * y agua | Arroz blanco Tortilla con jamón 3,13 Ensalada de lechuga, zanahoria y maí Yogur 2, pan integral * y agua |

OCTUBRE



MENÚ DIETAS CUARTA SEMANA



Colegios Zola Villafranca

| | DIETA Nº 5 | DIETA Nº 6 | DIETA Nº 7 | DIETA Nº 8 | DIETA Nº 9 |
|-----------|---|---|---|--|---|
| | SIN FRUTOS SECOS | SIN FRUTOS SECOS, NI LEGUMBRES NI LEGUMINOSAS | PROTECCIÓN GÁSTRICA - FÁCIL MASTICACIÓN | SIN CERDO | VEGETARIANO Y VEGETARIANO C/PESCADO |
| LUNES | Espirales con tomate y queso 1,2,3T Lenguadina al limón 1,4 Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria | Espirales con tomate y queso Lenguadina al limón Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan sin f.s *, agua | Espirales blancos Lenguadina al limón Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria | Espirales con tomate y queso Lenguadina al limón 1,4 Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria | Espirales con tomate y queso Lenguadina al limón 1,4/CHAMPIÑONES SALTEADOS Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria |
| MARTES | Jud. verdes rehogadas con pat13 y toma Albóndigas en salsa 1,8 con arroz integral Ensalada: lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua | Jud. verdes rehogadas con pat y toma Ternera en salsa con arroz integral Ensalada: lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua Fruta fresca, pan sin f.s *, agua | Crema verduras Pollo hervido Patata hervida Fruta fresca, pan *, agua | Jud. verdes rehogadas con pat13 y toma Ragut ternera en salsa con arroz integral Ensalada: lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua | Jud. verdes rehogadas con pat13 y toma TORTILLA FRANCESA con arroz integral Ensalada: lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua |
| MIÉRCOLES | Crema de otoño 13 Merluza a la romana 1,4 Ensalada de lechuga, tomate y maíz Yogur 2, pan * y agua | Crema de otoño 13 Merluza a la romana 1,4 Ensalada de lechuga, tomate y maíz Yogur 2, pan * y agua | Crema de otoño Merluza al horno Zanahoria Yogur 2, pan * y agua | Crema de otoño 13 Merluza a la romana 1,4 Ensalada de lechuga, tomate y maíz Yogur 2, pan * y agua | Crema de otoño 13 Merluza a la romana 1,4/ GUI SANTES CON AJO Ensalada de lechuga, tomate y maíz Yogur 2, pan * y agua |
| JUEVES | Sopa de fideos 1,13 Garbanzos , pat13, zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Fruta fresca, pan *, agua | Sopa de fideos sin legumbre Pollo con ensalada Fruta fresca, pan sin f.s *, agua | Sopa de fideos Pollo, patata, zanahoria Fruta fresca, pan *, agua | Sopa de fideos Garbanzos , pat13, zanah, ternera pollo, y repollo Fruta fresca, pan *, agua | Sopa de fideos Garbanzos , patATA Y zanahoria Fruta fresca, pan *, agua |
| VIERNES | Arroz a banda 4,5,6 Tortilla con jamón 3,13 Ensalada de lechuga, zanahoria y maí Yogur 2, pan integral * y agua | Arroz a banda 4,5,6 Tortilla con jamón 3,13 Ensalada de lechuga, zanahoria y maí Yogur 2, pan integral * y agua | Arroz blanco Tortilla con jamón Patat a hervida Yogur 2, pan * y agua | Arroz a banda Tortilla patata Ensalada de lechuga, zanahoria y maí Yogur 2, pan integral * y agua | Arroz con tomate Tortilla patata Ensalada de lechuga, zanahoria y maí Yogur 2, pan integral * y agua |

OCTUBRE



MENÚ DIETAS QUINTA SEMANA



Colegios Zola Villafranca

| | BASAL | DIETA Nº 1 | DIETA Nº 2 | DIETA Nº 3 | DIETA Nº 4 |
|-----------|---|--|---|---|--|
| | BASAL | CELÍACOS | SIN LECHE NI DERIVADOS | SIN HUEVO | SIN PESCADO ESTRICTA |
| LUNES | Lentejas con chorizo Palometa con salsa de tomate Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agua | Crema de verduras Palometa con salsa de tomate Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan S/G *, agua | Lentejas con chorizo Palometa con salsa de tomate Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agua | Lentejas con chorizo Palometa con salsa de tomate Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agua | Lentejas con chorizo Lomo asado Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agua |
| MARTES | Macarrones ECO boloñesa Magro de cerdo en salsa Patatas dado Fruta fresca, pan * y agua | Macarrones ECO boloñesa S/G Magro de cerdo en salsa Patatas dado 13 Fruta fresca, pan * y agua | Macarrones ECO boloñesa Magro de cerdo en salsa Patatas dado Fruta fresca, pan * y agua | Macarrones ECO boloñesa Magro de cerdo en salsa Patatas dado Fruta fresca, pan * y agua | Macarrones ECO boloñesa Magro de cerdo en salsa Patatas dado Fruta fresca, pan * y agua |
| MIÉRCOLES | Sopa de picadillo Pollo asado Verduritas salteadas Yogur, pan * y agua | Sopa de picadillo SG Pollo asado Verduritas salteadas Yogur, pan * y agua | Sopa de picadillo Pollo asado Verduritas salteadas Yogur VEGETAL, pan y agua | Sopa de picadillo sin huevo Pollo asado Verduritas salteadas Yogur, pan * y agua | Sopa de picadillo Pollo asado Verduritas salteadas Yogur, pan * y agua |
| JUEVES | Crema de calabaza Abadejo en salsa verde Ensalada: lechuga tomate y remolacha Champiñones Fruta fresca, pan *, agua | Crema de calabaza Abadejo en salsa verde Ensalada: lechuga tomate y remolacha Champiñones Fruta fresca, pan SG *, agua | Crema de calabaza Abadejo en salsa verde Ensalada: lechuga tomate y remolacha Champiñones Fruta fresca, pan *, agua | Crema de calabaza Abadejo en salsa verde Ensalada: lechuga tomate y remolacha Champiñones Fruta fresca, pan *, agua | Crema de calabaza Ternera plancha Ensalada: lechuga tomate y remolacha Champiñones Fruta fresca, pan *, agua |
| VIERNES | | | | | |

OCTUBRE



MENÚ DIETAS QUINTA SEMANA



Colegios Zola Villafranca

| | DIETA Nº 5 | DIETA Nº 6 | DIETA Nº 7 | DIETA Nº 8 | DIETA Nº 9 |
|-----------|---|---|--|---|--|
| | SIN FRUTOS SECOS | SIN FRUTOS SECOS, NI LEGUMBRES NI LEGUMINOSAS | PROTECCIÓN GÁSTRICA - FÁCIL MASTICACIÓN | SIN CERDO | VEGETARIANO |
| LUNES | Lentejas con chorizo Palometa con salsa de tomate Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agua | Crema verduras Palometa con salsa de tomate Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agua | Crema verduras Lenguadina horno zanahoria Fruta fresca, pan *, agua | Lentejas con verduras Palometa con salsa de tomate Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agua | Lentejas con verduras Palometa con salsa de tomate /berenjena rellena Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agua |
| MARTES | Macarrones ECO boloñesa Magro de cerdo en salsa Patatas dado Fruta fresca, pan * y agua | Macarrones ECO boloñesa Magro de cerdo en salsa Patatas dado Fruta fresca, pan * y agua | Macarrones blancos Magro de cerdo horno Fruta fresca, pan * y agua | Macarrones ECO boloñesa Pollo en salsa Patatas dado Fruta fresca, pan * y agua | Macarrones ECO c/tomate Patatas dado Tortilla francesa Fruta fresca, pan * y agua |
| MIÉRCOLES | Sopa de picadillo Pollo asado Verduritas salteadas Yogur , pan * y agua | Sopa de picadillo Pollo asado Verduritas salteadas Yogur , pan * y agua | Sopa de picadillo Pollo horno Patata hervida Yogur , pan * y agua | Sopa de picadillo sin jamon Pollo asado Verduritas salteadas Yogur , pan * y agua | Sopa de verduras Ensalada de alubias Verduritas salteadas Yogur , pan * y agua |
| JUEVES | Crema de calabaza Abadejo en salsa verde Ensalada: lechuga tomate y remolacha Champiñones Fruta fresca, pan *, agua | Crema de calabaza Abadejo en salsa verde Ensalada: lechuga tomate y remolacha Champiñones Fruta fresca, pan *, agua | Crema de calabaza Abadejo al horno Zanahoria baby Fruta fresca, pan *, agua | Crema de calabaza Abadejo en salsa verde Ensalada: lechuga tomate y remolacha Champiñones Fruta fresca, pan *, agua | Crema de calabaza Abadejo en salsa verde/coliflor gratinada Ensalada: lechuga tomate y remolacha Champiñones Fruta fresca, pan *, agua |
| VIERNES | | | | | |