

DICIEMBRE



# 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	Arroz con salsa de tomate Salmón en salsa de cítricos Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan integral, agua	Arroz "ECO" con tomate Salmón en salsa de cítricos sin gluten Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan s/g*, agua	Arroz "ECO" con tomate Salmón en salsa de cítricos Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan integral*, agua	Arroz "ECO" con tomate Salmón en salsa de cítricos Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan integral*, agua	Arroz "ECO" con tomate Pavo a la plancha Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan integral*, agua
MARTES	Patatas guisadas con magro Huevos villaroy Ensalada: lechuga tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua	Patatas guisadas con magro s/g Tortilla de patata Ensalada:lechuga,tomate y maíz Fruta fresca, pan s/g*, agua	Patatas guisadas con magro Tortilla de patata Ensalada:lechuga,tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua	Patatas guisadas con magro Filete de pollo Ensalada:lechuga,tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua	Patatas guisadas con magro Tortilla patata Ensalada:lechuga,tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua
MIÉRCOLES	Lentejas ECO estofadas con verduras Cinta de lomo en salsa española Patatas fritas Yogur , pan * y agua	Crema de verduras Cinta de lomo en salsa española sin gluten Patatas fritas Yogur , pan s/g * y agua	Lentejas ECO estofadas con verduras Cinta de lomo en salsa española Patatas fritas Yogur vegetal , pan * y agua	Lentejas ECO estofadas con verduras Cinta de lomo en salsa española Patatas fritas Yogur , pan * y agua	Lentejas ECO estofadas con verduras Cinta de lomo en salsa española Patatas fritas Yogur , pan * y agua
JUEVES	Puré de zanahoria Muslitos de pollo en salsa ensalada de lechuga, tomate y remolacha Fruta fresca, pan y agua	Puré de zanahoria Muslitos de pollo en salsa ensalada de lechuga, tomate y remolacha Fruta fresca, pan s/g y agua	Puré de zanahoria Muslitos de pollo en salsa ensalada de lechuga, tomate y remolacha Fruta fresca, pan y agua	Puré de zanahoria Muslitos de pollo en salsa ensalada de lechuga, tomate y remolacha Fruta fresca, pan y agua	Puré de zanahoria Muslitos de pollo en salsa ensalada de lechuga, tomate y remolacha Fruta fresca, pan y agua
VIERNES	FESTIVO	FESTIVO	FESTIVO	FESTIVO	FESTIVO

DICIEMBRE



# MENÚ DIETAS

## PRIMERA SEMANA



Colegios Zola  
Villafranca

	DIETA Nº 5	DIETA Nº 6	DIETA Nº 8	DIETA Nº 9	DIETA Nº 11
	SIN FRUTOS SECOS	SIN FRUTOS SECOS, NI LEGUMBRES NI LEGUMINOSAS	PROTECCIÓN GÁSTRICA - FÁCIL MASTICACIÓN	SIN CERDO	VEGETARIANO( con pescado )
LUNES	Arroz "ECO" con tomate Salmón en salsa de cítricos Ensalada de lechuga,tomate y zanahoria Fruta fresca, pan sin f.s*, agua	Arroz "ECO" con tomate Salmón en salsa de cítricos Ensalada de lechuga,tomate y zanahoria Fruta fresca, pan sin f.s*, agua	Arroz "ECO" blanco Merluza horno Fruta fresca, pan integral*, agua	Arroz "ECO" con tomate Salmón en salsa de cítricos Ensalada de lechuga,tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agua	Arroz "ECO" con tomate Salmón en salsa de cítricos Ensalada de lechuga,tomate y zanahoria Fruta fresca, pan integral*, agua
MARTES	Patatas guisadas con magro Huevos villaroy Ensalada:lechuga,tomate y maíz Fruta fresca, pan sin f.s*, agua	Patatas guisadas con magro Huevos villaroy Ensalada:lechuga,tomate y maíz Fruta fresca, pan sin f.s*, agua	Crema de verduras Tortilla francesa Fruta fresca, pan *, agua	Patatas guisadas con magro Huevos villaroy Ensalada:lechuga,tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua	Patatas guisadas con verduras Huevos villaroy Ensalada:lechuga,tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua
MIÉRCOLES	Lentejas ECO estofadas con verduras Cinta de lomo en salsa española Patatas fritas Yogur, pan sin f.s*, agua	Crema de verduras Cinta de lomo en salsa española Patatas fritas Yogur, pan sin f.s*, agua	Crema de verduras Cinta de lomo a la plancha Patatas al vapor Yogur, pan *, agua	Lentejas ECO estofadas con verduras Pollo en salsa española Patatas fritas Yogur, pan*, agua	Lentejas ECO estofadas con verduras Hamburguesa vegetal Patatas fritas Yogur, pan *, agua
JUEVES	Puré de zanahoria Muslitos de pollo en salsa Ensalada de lechuga, tomate y remolacha Fruta fresca, pan sin f.s*, agua	Puré de zanahoria Muslitos de pollo en salsa Ensalada de lechuga, tomate y remolacha Fruta fresca, pan sin f.s*, agua	Puré de zanahoria Pollo al horno con cous cous Fruta fresca, pan *, agua	Puré de zanahoria Muslitos de pollo en salsa Ensalada de lechuga, tomate y remolacha Fruta fresca, pan*, agua	Puré de zanahoria Cous cous con verduras Fruta fresca, pan *, agua
VIERNES	FESTIVO	FESTIVO	FESTIVO	FESTIVO	FESTIVO

# DICIEMBRE



# 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 ESTRUCTA
LUNES	Espirales con pollo y soja Lenguadina al limón Patatas dado Fruta fresca, pan integral*, agua	Espirales s/gluten con tomate Lenguadina al limón s/g Patatas dado Fruta fresca, pan s/g *, agua	Espirales con pollo y soja Lenguadina al limón Patatas dado Fruta fresca, pan *, agua	Espirales s/huevo con pollo y soja Lenguadina al limón Patatas dado Fruta fresca, pan integral*, agua	Espirales con pollo y soja Filete de ternera Patatas dado Fruta fresca, pan integral *, agua
MARTES	Judías verdes rehogadas Albóndigas en salsa Patata dado Fruta fresca, pan *, agua	Judías verdes rehogadas Albóndigas s/g en salsa Patata dado Fruta fresca, pan s/g *, agua	Judías verdes rehogadas Albóndigas en salsa Patata dado Fruta fresca, pan *, agua	Judías verdes rehogadas Albóndigas en salsa Patata dado Fruta fresca, pan *, agua	Judías verdes rehogadas Albóndigas en salsa Patata dado Fruta fresca, pan *, agua
MIÉRCOLES	Sopa de fideos,garbanzos , pat, zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Yogur , 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 , pat, zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Yogur vegetal , pan * y agua	Sopa de fideos s/huevo ,garbanzos , pat, zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Yogur , pan * y agua	Sopa de fideos, Garbanzos , pat, zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Yogur, pan * y agua
JUEVES	Crema de verduras Merluza rebozada Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua	Crema de verduras Merluza rebozada s/g Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan s/g *, agua	Crema de verduras Merluza rebozada Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua	Crema de verduras Merluza rebozada Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua	Crema de verduras Pollo al ajillo Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua
VIERNES	Arroz 3 delicias Tortilla con jamón Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur , pan integral* y agua	Arroz 3 delicias Tortilla con jamón Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur , pan s/g* y agua	Arroz 3 delicias Tortilla con jamón Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur vegetal , pan * y agua	Arroz 3 delicias s/ huevo Lomo sajonia Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur , pan integral* y agua	Arroz 3 delicias Tortilla con jamón Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur , pan integral* y agua

# DICIEMBRE



# MENÚ DIETAS SEGUNDA SEMANA



# Colegios Zola Villafranca

	DIETA Nº 5	DIETA Nº 6	DIETA Nº 8	DIETA Nº 9	DIETA Nº 11
	SIN FRUTOS SECOS	SIN LEGUMBRES NI LEGUMINOSAS	PROTECCIÓN GÁSTRICA - FÁCIL MASTICACIÓN	SIN CERDO	VEGETARIANO (con pescado)
LUNES	Espirales con pollo y soja Lenguadina al limón Patatas dado Fruta fresca, pan s/f.s*, agua	Espirales con pollo Lenguadina al limón Patatas dado Fruta fresca, pan sin f.s*, agua	Espirales blancas Lenguadina al horno Patatas dado Fruta fresca, pan *, agua	Espirales con pollo y soja Lenguadina al limón Patatas dado Fruta fresca, pan sin f.s*, agua	Espirales con soja Lenguadina al limón patatas dado Fruta fresca, pan*, agua
MARTES	Judías verdes rehogadas Albóndigas en salsa Patata dado Fruta fresca, pan s/f.s*, agua	Crema de verdura Albondigas en salsa Patata dado Fruta fresca, pan s/f.s*, agua	Crema de verdura Ragout de ternera cocida Patata dado hervida Fruta fresca, pan *, agua	Judías verdes rehogadas Ragout de ternera en salsa Patata dado Fruta fresca, pan *, agua	Judías verdes rehogadas Emperador a la plancha Patata dado Fruta fresca, pan *, agua
MIÉRCOLES	Sopa de fideos, garbanzos, pat, zanah, ternera chorizo, pollo, tocino y repollo Yogur, pan s/f.s * y agua	Sopa de fideos sin garbanzo, pat, zanah, ternera, pollo, y repollo Yogur, pan s/f.s* y agua	Sopa de fideos pat, zanah, pollo Yogur natural, pan * y agua	Sopa de fideos, garbanzos, pat, zanah, ternera, pollo y repollo Yogur, pan * y agua	Sopa de fideos garbanzos, pat, zanah, repollo Yogur, pan * y agua
JUEVES	Crema de verduras Merluza rebozada Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan s/f.s *, agua	Crema de verduras Merluza rebozada Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan s/f.s*, agua	Crema de verduras Merluza horno Patata hervida Fruta fresca, pan *, agua	Crema de verduras Merluza rebozada Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua	Crema de verduras Huevo cocido en salsa Ensalada de lechuga, tomate, y maíz Fruta fresca, pan *, agua
VIERNES	Arroz 3 delicias Tortilla con jamón Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur, pan s/f.s* y agua	Arroz 3 delicias sin legumbre Tortilla con jamón Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur, pan s/f.s * y agua	Arroz blanco Tortilla francesa Yogur, pan * y agua	Arroz 3 delicias s/jamon Tortilla de patata Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur, pan * y agua	Arroz 3 delicias s/jamon Tortilla de patata Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur, pan * y agua

# DICIEMBRE



# 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 ESTRUCTA
LUNES	Lentejas estofadas con chorizo Palometa con salsa de tomate Ensalada: lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan integral y agua	Alubias con chorizo Palometa con salsa de tomate Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan s/g *, agua	Lentejas "ECO" con chorizo Palometa con salsa de tomate Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan integral *, agua	Lentejas "ECO" con chorizo Palometa con salsa de tomate Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan integral *, agua	Lentejas "ECO" con chorizo Filete de Sajonia Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan integral *, agua
MARTES	Guisantes salteados con jamon Magro de cerdo en salsa Patatas fritas Fruta fresca, pan * y agua	Guisantes salteados con jamón Magro en salsa Patatas fritas Fruta fresca, pan s/g * y agua	Guisantes salteados con jamón Magro en salsa Patatas fritas Fruta fresca, pan * y agua	Guisantes salteados con jamón Magro en salsa Patatas fritas Fruta fresca, pan * y agua	Guisantes salteados con jamón Magro en salsa Patatas fritas Fruta fresca, pan * y agua
MIÉRCOLES	Macarrones "ECO" boloñesa Abadejo en salsa verde Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Yogur, pan *, agua	Macarrones boloñesa s/g Abadejo salsa verde Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Yogur, pan s/g* y agua	Macarrones boloñesa Abadejo salsa verde Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Yogur vegetal, pan * y agua	Macarrones s/huevo boloñesa Abadejo salsa verde Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Yogur, pan * y agua	Macarrones boloñesa Pollo a la plancha Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Yogur, pan * y agua
JUEVES	COMIDA ESPECIAL NAVIDAD	COMIDA ESPECIAL NAVIDAD	COMIDA ESPECIAL NAVIDAD	COMIDA ESPECIAL NAVIDAD	COMIDA ESPECIAL NAVIDAD
VIERNES					

# DICIEMBRE



# MENÚ DIETAS TERCERA SEMANA



# Colegios Zola Villafranca

	DIETA Nº 5	DIETA Nº 6	DIETA Nº 8	DIETA Nº 9	DIETA Nº 11
	SIN FRUTOS SECOS	SIN LEGUMBRES NI LEGUMINOSAS	PROTECCIÓN GÁSTRICA - FÁCIL MASTICACIÓN	SIN CERDO	VEGETARIANO (con pescado)
LUNES	Lentejas "ECO" con chorizo Palometa con salsa de tomate Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan s/f.s*, agua	Crema de verduras Palometa con salsa de tomate Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan integral *, agua	Crema de verduras Merluza al horno Fruta fresca, pan *, agua	Lentejas "ECO" con verduras Palometa con salsa de tomate Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan integral *, agua	Lentejas con verduras Palometa con salsa de tomate Fruta fresca, pan integral, agua
MARTES	Guisantes salteados con jamón Magro en salsa Patatas fritas Fruta fresca, pan s/f.s * y agua	Crema de verduras Magro en salsa Patatas fritas Fruta fresca, pan * y agua	Crema de verduras Filete de pollo Patatas cocidas Fruta fresca, pan * y agua	Guisantes salteados Filete de pollo Patatas fritas Fruta fresca, pan * y agua	Guisantes salteados con huevo Coliflora a la española Fruta fresca, pan y agua
MIÉRCOLES	Macarrones boloñesa Abadejo salsa verde Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Yogur , pan s/f.s* y agua	Macarrones con tomate Abadejo salsa verde Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Yogur , pan * y agua	Macarrones blancos Abadejo al horno Yogur, pan * y agua	Macarrones boloñesa Abadejo salsa verde Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Yogur, pan * y agua	Macarrones con tomate Abadejo en salsa verde Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Yogur, pan * y agua
JUEVES	COMIDA ESPECIAL NAVIDAD	COMIDA ESPECIAL NAVIDAD	COMIDA ESPECIAL NAVIDAD	COMIDA ESPECIAL NAVIDAD	COMIDA ESPECIAL NAVIDAD
VIERNES					