



FEBRERO '24

MENÚ CAFETERÍA



Colegios Zola
Las Rozas

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			Sopa castellana Ensalada de pasta Chuleta de sajonia a la plancha Gallo San Pedro encebollado Ensalada Champiñones Fruta fresca,, pan *, agua	Puré de guisantes y verduras Arroz integral con rape y gambas Merluza a la plancha Alitas de pollo en salsa Patatas panadera Ensalada Mousse de yogur, pan*, agua
5	6	7	8	9
Macarrones al napolitana Ensalada Capresse Calamar a la romana Codillo a la gallega Zanahoria baby Patata hervida Fruta fresca, pan *, agua	Patatas a la marinera Calabacín gratinado Tortilla de verduras Pavo a la barbacoa Patatas fritas Ensalada Fruta fresca,, pan * y agua	Sopa de fideos Repollo rehogado al pimentón Complemento de cocido "Fogonero al ajillo Ensalada Yogur pan * y agua	Arroz con verduras y pollo Acelgas rehogadas con patatas Filete de merluza en salsa Filete de tenera a la plancha Ensalada Guisantes salteados Fruta fresca, pan *, agua	Judías blancas con verduras Verduras en tempura Chuletas a la plancha Tortilla de patata Ensalada Verduritas salteadas yogur, pan* y agua
12	13	14	15	16
Alcachofas saltadas con jamón Arroz con tomate Salmón con salsa de cítricos Carrilleras estofadas Ensalada Champiñones salteados Fruta fresca,, pan *, agua	Patatas guisadas con ternera Ensaladilla rusa Huevos villaroy Filete pavo a la plancha Ensalada Pisto casero Fruta fresca, pan *, agua	Puré de zanahorias Cous cous con verduras Muslos de pollo en salsa Jurel en salsa de piquillos Brócoli rehogado Ensalada Yogur , pan* y agua	Setas salteados con jamón Coditos a la carbonara Bacalao bilbaina Jamón york villaroy Ensalada Salteado de verduras Fruta fresca, pan *, agua	Lentejas ECO estofadas con verdura Ensalada César Merluza en salsa con gambas Lomo a la plancha Patatas fritas Ensalada ,yogur , pan* y agua
19	20	21	22	23
Espirales con tomate y queso Espárragos a la plancha Lenguadina a la plancha Salchichas frescas en salsa Ensalada Patatas a la gallega Fruta fresca,pan *, agua	Jud. verdes rehogadas Piquillos rellenos de bacalao Ragut ternera en salsa Bacaladilla a la romana arroz integral Ensalada Fruta fresca,, pan *, agua	Sopa de verduras Coliflor gratinada Merluza a la romana Filete de pollo a la plancha Ensalada Patatas panaderas Yogur, pan * y agua	NO LECTIVO	NO LECTIVO
26	27	28	29	
Lentejas "ECO "con chorizo Alcachofas salteadas Palometa con salsa de tomate Chuletas a la plancha Ensalada Maíz salteado Fruta fresca, pan *, agua	Crema de verduras Pisto Merluza a la plancha Magro de cerdo en salsa Ensalada Zanahoria baby Fruta fresca, pan *, agua	Judías blancas estofadas Verduritas salteadas Pollo asado Emperador a la plancha Patata dado Ensalada de lechuga, tomate y aceituna Yogur, pan y agua	Macarrones a la boloñesa Ensalada de pimiento asados Abadejo en salsa verde Zancarrón de ternera Champiñones Patatas Fruta fresca,pan*, agua y yogur	