NOVIEMBRE ‘23

MENÚ DIETAS
PRIMERA SEMANA

Colegios Zola Las Rozas

	BASAL	DIETA Nº 1	DIETA Nº 2	DIETA Nº 3	DIETA Nº 4	DIETA Nº 5	DIETA Nº 6
	BASAL	DIETA Nº1 CELIACA (solo caldo vegetal natural, sin caldos industriales)	DIETA Nº2 SIN HUEVO (solo caldo vegetal natural, sin caldos industriales)	DIETA Nº3 SIN LECHE Y DERIVADOS LÁCTEOS (solo caldo vegetal natural o caldo de huesos, sin caldos indSIN HUEVO	DIETA Nº4 BAJA EN GRASA (solo caldo vegetal natural o caldo de huesos, sin caldos industriales)	DIETA Nº5 SIN FRUTOS SECOS (solo caldo vegetal natural o caldo de huesos, sin caldos industriales)	DIETA Nº6 SIN FRUTOS SECOS NI LEGUMBRES (solo caldo vegetal natural, sin caldos industriales)
LUNES							
MARTES							
MIÉRCOLES							
JUEVES	Crema de calabaza Albóndigas en salsa Patatas panadera Fruta fresca, pan *, agua	Crema de calabaza Albóndigas sin gluten en salsa Patatas panadera Fruta fresca, pan sin gluten*, agua	Crema de calabaza Albóndigas en salsa Patatas panadera Fruta fresca, pan *, agua	Crema de calabaza Albóndigas en salsa Patatas panadera Fruta fresca, pan *, agua	Crema de calabaza Filete de pollo plancha Ensalada, Fruta fresca, pan *, agua	Crema de calabaza Albóndigas en salsa Patatas panadera Fruta fresca, pan sin f.s*, agua	Crema de calabaza Filete de pollo Patatas panadera Fruta fresca, pan sin f.s *, agua
VIERNES	Arroz "ECO" a banda Tortilla de patatas Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur , pan * y agua	Arroz "ECO" a banda Tortilla de patatas Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur , pan sin gluten* y agua	Arroz "ECO" a banda Lomo a la plancha Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur , pan * y agua	Arroz "ECO" a banda Tortilla de patatas Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur vegetal , pan * y agua	Arroz "ECO" a banda Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur desnatado , pan * y agua	Arroz "ECO" a banda Tortilla de patatas Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur , pan sin f.s * y agua	Arroz "ECO" a banda Tortilla de patatas Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur , pan * y agua

NOVIEMBRE ‘23

MENÚ DIETAS
PRIMERA SEMANA

Colegios Zola Las Rozas

	BASAL	DIETA Nº 5	DIETA Nº 6	DIETA Nº 7	DIETA Nº 8	DIETA Nº 9	DIETA Nº 10
	BASAL	DIETA SIN PESCADO ESTRICTA, NI MOLUSCOS NI CEFALÓPODOS	SIN FRUTOS SECOS, NI LEGUMBRES NI LEGUMINOSAS	DIETA SIN FRUTOS SECOS, LEGUMBRES, CACAHUETE, SOJA, PATATA, OREGANO (tolerancia a judia verde, blanca, y pinta) VEGETARIANA CON PESCADO	DIETA PROTECCIÓN GÁSTRICA Y FÁCIL MASTICACIÓN (a petición de los padres que lo soliciten)	DIETA SIN FRUTOS SECOS (solo caldo vegetal natural o caldo de huesos, sin caldos industriales)	DIETA SIN HUEVO, PLV(PROTEÍNA LECHE VACA), FRUTOS SECOS
LUNES							
MARTES							
MIÉRCOLES							
JUEVES	Crema de calabaza Albóndigas en salsa Patatas panadera Fruta fresca, pan *, agua	Crema de calabaza Albóndigas en salsa Patatas panadera Fruta fresca, pan *, agua	Crema de calabaza Albóndigas en salsa Patatas panadera Fruta fresca, pan sin f.s *, agua	Crema de calabaza sin patata Ragut de ternera Ensalada, Fruta fresca, pan sin f.s*, agua	Crema de calabaza Filete de pollo Patata hervida, Fruta fresca, pan *, agua	Crema de calabaza Albóndigas en salsa Patatas panadera Fruta fresca, pan sin f.s *, agua	Crema de calabaza Albóndigas en salsa Patatas panadera Fruta fresca, pan sin f.s*, agua
VIERNES	Arroz "ECO" a banda Tortilla de patatas Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur , pan * y agua	Arroz "ECO" con tomate Tortilla de patatas Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur , pan * y agua	Arroz "ECO" a banda Tortilla de patatas Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur , pan sin f.s * y agua	Arroz "ECO" a banda Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur , pan sin f.s * y agua	Arroz "ECO“ blando Tortilla francesa Zanahoria hervida Yogur natural , pan * y agua	Arroz "ECO" a banda Tortilla de patatas Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur , pan sin f.s* y agua	Arroz "ECO" a banda Filete de pollo plancha Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur vegetal , pan * y agua

NOVIEMBRE ‘23

MENÚ DIETAS
SEGUNDA SEMANA

Colegios Zola Las Rozas

	BASAL	DIETA Nº 1	DIETA Nº 2	DIETA Nº 3	DIETA Nº 4	DIETA Nº 5	DIETA Nº 6
	BASAL	DIETA Nº1 CELIACA (solo caldo vegetal natural, sin caldos industriales)	DIETA Nº2 SIN HUEVO (solo caldo vegetal natural, sin caldos industriales)	DIETA Nº3 SIN LECHE Y DERIVADOS LÁCTEOS (solo caldo vegetal natural o caldo de huesos, sin caldos industriales)	DIETA Nº4 BAJA EN GRASA (solo caldo vegetal natural o caldo de huesos, sin caldos industriales)	DIETA Nº5 SIN FRUTOS SECOS (solo caldo vegetal natural o caldo de huesos, sin caldos industriales)	DIETA Nº6 SIN FRUTOS SECOS NI LEGUMBRES (solo caldo vegetal natural, sin caldos industriales)
LUNES	Crema de verduras Lomo de sajonia Patatas dado 13 Fruta fresca, pan *, agua	Crema de verduras Lomo de sajonia Patatas dado 13 Fruta fresca, pan sin gluten *, agua	Crema de verduras Lomo de sajonia Patatas dado 13 Fruta fresca, pan *, agua	Crema de verduras Lomo de sajonia Patatas dado 13 Fruta fresca, pan *, agua	Crema de verduras Lomo de Sajonia Ensalada Fruta fresca, pan *, agua	Crema de verduras Lomo de sajonia Patatas dado 13 Fruta fresca, pan sin f.s*, agua	Crema de verduras Lomo de sajonia Patatas dado 13 Fruta fresca, pan sin f.s*, agua
MARTES	Lentejas estofadas con verduras Bacalao al horno Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua	Crema de verduras Bacalao al horno sin gluten Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan sin gluten *, agua	Lentejas estofadas con verduras Bacalao al horno Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua	Lentejas estofadas con verduras Bacalao al horno Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua	Lentejas estofadas con verduras Bacalao al horno Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua	Lentejas estofadas con verduras Bacalao al horno Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan sin f.s*, agua	Arroz blanco Bacalao al horno Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan sin f.s *, agua
MIÉRCOLES	Paella con verduras Lenguadina a la romana Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur casero , pan * y agua	Paella con verduras Lenguadina a la romana sin gluten Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur casero , pan sin gluten * y agua	Paella con verduras Lenguadina a la romana Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur casero , pan * y agua	Paella con verduras Lenguadina a la romana Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur vegetal, pan * y agua	Paella con verduras Lenguadina a la plancha Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur desnatado , pan * y agua	Paella con verduras Lenguadina a la romana Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur casero , pan sin f.s * y agua	Arroz con tomate Lenguadina a la romana Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur casero, pan sin f.s * y agua
JUEVES	FESTIVO	FESTIVO	FESTIVO	FESTIVO	FESTIVO	FESTIVO	FESTIVO
VIERNES	DIA DE ALEMANIA Macarrones "ECO"carbonara 1,2, 3T Salchichas Frankfurt Puré de patata 2	DIA DE ALEMANIA Macarrones "ECO"carbonara sin gluten 1,2, 3T Salchichas sin gluten Frankfurt Puré de patata 2	DIA DE ALEMANIA Macarrones "ECO“con tomate Salchichas Frankfurt Puré de patata 2	DIA DE ALEMANIA Macarrones "ECO“con tomate 1,2, 3T Salchichas sin leche Puré de patata 2	DIA DE ALEMANIA Macarrones "ECO”blancos Pollo plancha Puré de patata 2	DIA DE ALEMANIA Macarrones "ECO"carbonara 1,2, 3T Salchichas Frankfurt Puré de patata 2	DIA DE ALEMANIA Macarrones "ECO"carbonara 1,2, 3T Pollo plancha Puré de patata 2

NOVIEMBRE ‘23

MENÚ DIETAS
SEGUNDA SEMANA

Colegios Zola Las Rozas

	DIETA Nº 5	DIETA Nº 6	DIETA Nº 7	DIETA Nº 8	DIETA Nº 9
	DIETA SIN PESCADO ESTRICTA, NI MOLUSCOS NI CEFALÓPODOS	SIN FRUTOS SECOS, NI LEGUMBRES NI LEGUMINOSAS	DIETA Nº8 SIN FRUTOS SECOS, LEGUMBRES, CACAHUETE, SOJA, PATATA, OREGANO (tolerancia a judia verde, blanca, y pinta) VEGETARIANA CON PESCADO	DIETA Nº9 PROTECCIÓN GÁSTRICA Y FÁCIL MASTICACIÓN (a petición de los padres que lo soliciten)	DIETA Nº10 HUEVO, PLV(PROTEÍNA LECHE VACA), FRUTOS SECOS
LUNES	Crema de verduras Lomo de sajonia Patatas dado Fruta fresca, pan *, agua	Crema de verduras Lomo de sajonia Patatas dado Fruta fresca, pan sin f.s *, agua	Crema de verduras sin patata Lomo a la plancha Ensalada Fruta fresca, pan sin f.s *, agua	Crema de verduras Lomo de sajonia Patatas hervidas Fruta fresca, pan *, agua	Crema de verduras Lomo de sajonia Patatas dado Fruta fresca, pan *, agua
MARTES	Lentejas estofadas con verduras Lomo a la plancha Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua	Arroz con tomate Bacalao al horno nsalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan sin f.s*, agua	Arroz blanco Bacalao al horno Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan sin f.s *, agua	Puré de verduras Bacalao al horno Patata y zanahoria hervidas Fruta fresca, pan *, agua	Lentejas estofadas con verduras Bacalao al horno Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua
MIÉRCOLES	Paella con verduras Pollo al horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur casero , pan * y agua	Arroz blanco Lenguadina a la romana Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur casero , pan sin f.s * y agua	Arroz con tomate Lenguadina a la romana Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur casero , pan sin f.s * y agua	Arroz blanco Lenguadina al horno Patata y zanahoria hervidas Yogur natural, pan * y agua	Paella con verduras Lenguadina a la romana 1,4 Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur casero , pan * y agua
JUEVES	FIESTA	FIESTA	FIESTA	FIESTA	FIESTA
VIERNES	DIA DE ALEMANIA Macarrones "ECO"carbonara Salchichas Frankfurt Puré de patata	DIA DE ALEMANIA Macarrones "ECO"carbonara Salchichas Frankfurt Puré de patata	DIA DE ALEMANIA Macarrones "ECO"carbonara sin orégano Filete de pavo plancha Ensalada	DIA DE ALEMANIA Macarrones "ECO“blancos Filete pavo plancha Puré de patata	DIA DE ALEMANIA Macarrones "ECO“con tomate Filete pavo plancha Puré de patata

NOVIEMBRE ‘23

MENÚ DIETAS
TERCERA SEMANA

Colegios Zola Las Rozas

	BASAL	DIETA Nº 1	DIETA Nº 2	DIETA Nº 3	DIETA Nº 4	DIETA Nº 5	DIETA Nº 6
	BASAL	DIETA Nº1 CELIACA (solo caldo vegetal natural, sin caldos industriales)	DIETA Nº2 SIN HUEVO (solo caldo vegetal natural, sin caldos industriales)	DIETA Nº3 SIN LECHE Y DERIVADOS LÁCTEOS (solo caldo vegetal natural o caldo de huesos, sin caldos indSIN HUEVO	DIETA Nº4 BAJA EN GRASA (solo caldo vegetal natural o caldo de huesos, sin caldos industriales)	DIETA Nº5 SIN FRUTOS SECOS (solo caldo vegetal natural o caldo de huesos, sin caldos industriales)	DIETA Nº6 SIN FRUTOS SECOS NI LEGUMBRES (solo caldo vegetal natural, sin caldos industriales)
LUNES	Puré de verduras Hamburguesa con tomate Patatas dado Fruta fresca, pan *, agua	Puré de verduras Hamburguesa con tomate sin gluten Patatas dado Fruta fresca, pan *, agua	Puré de verduras Hamburguesa con tomate Patatas dado Fruta fresca, pan *, agua	Puré de verduras Hamburguesa con tomate Patatas dado Fruta fresca, pan *, agua	Puré de verduras Filete de pavo plancha Patatas dado hervidas Fruta fresca, pan *, agua	Puré de verduras Hamburguesa con tomate Patatas dado Fruta fresca, pan sin f.s *, agua	Puré de verduras Pollo empanado Patatas dado Fruta fresca, pan *, agua
MARTES	Arroz a la milanesa Palometa al limón Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agu	Arroz a la milanesa Palometa al limón sin gluten Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan sin gluten*, agua	Arroz a la milanesa Palometa al limón Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agu	Arroz a la milanesa Palometa al limón Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agu	Arroz con verduras Palometa al limón Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agu	Arroz a la milanesa Palometa al limón 1,4 Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan sin f.s *, agu	Arroz con tomate Palometa al limón Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agu
MIÉRCOLES	Sopa de fideos Garbanzos , pat, zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Yogur , pan * y agua	Sopa de fideos sin gluten Garbanzos , pat, zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Yogur , pan sin gluten* y agua	Sopa de fideos sin 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 vegetal, pan * y agua	Crema de verduras Garbanzos , pat, zanah, ,pollo, y repollo Yogur desnatado , pan * y agua	Sopa de fideos Garbanzos , pat, zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Yogur, pan sin f.s * y agua	Sopa de fideos- sin garbanzos pat, zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Yogur, pan * y agua
JUEVES	Patatas estofadas con magro Merluza al horno Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua	Patatas estofadas con magro sin gluten Merluza al horno sin gluten Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan sin gluten*, agua	Patatas estofadas con magro Merluza al horno Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua	Patatas estofadas con magro Merluza al horno Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua	Patatas estofadas con verdura Merluza al horno Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua	Patatas estofadas con magro Merluza al horno Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan sin f.s*, agua	Patatas estofadas con magro Merluza al horno Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua
VIERNES	Espaguetis boloñesa Tortilla con bonito Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur 2, pan * y agua	Espaguetis sin gluten boloñesa Tortilla con bonito Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur 2, pan sin gluten* y agua	Espaguetis sin huevo boloñesa Lomo de Sajonia plaan Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur 2, pan * y agua	Espaguetis boloñesa Tortilla con bonito Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur vegetal, pan * y agua	Espaguetis blancos Tortilla con bonito Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur desnatado2, pan * y agua	Espaguetis boloñesa Tortilla con bonito Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur 2, pan sin f.s * y agua	Espaguetis boloñesa Tortilla con bonito Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur 2, pan * y agua

NOVIEMBRE ‘23

MENÚ DIETAS
TERCERA SEMANA

Colegios Zola Las Rozas

	DIETA Nº 5	DIETA Nº 6	DIETA Nº 7	DIETA Nº 8	DIETA Nº 9
	DIETA Nº7 SIN PESCADO ESTRICTA, NI MOLUSCOS NI CEFALÓPODOS	SIN FRUTOS SECOS, NI LEGUMBRES NI LEGUMINOSAS	DIETA Nº8 SIN FRUTOS SECOS, LEGUMBRES, CACAHUETE, SOJA, PATATA, OREGANO (tolerancia a judia verde, blanca, y pinta) VEGETARIANA CON PESCADO	DIETA Nº9 PROTECCIÓN GÁSTRICA Y FÁCIL MASTICACIÓN (a petición de los padres que lo soliciten)	DIETA Nº10 HUEVO, PLV(PROTEÍNA LECHE VACA), FRUTOS SECOS
LUNES	Puré de verduras Hamburguesa con tomate Patatas dado Fruta fresca, pan *, agua	Puré de verduras Pollo empanado Patatas dado Fruta fresca, pan *, agua	Puré de verduras Pollo empanado Ensalada Fruta fresca, pan sin f.s*, agua	Puré de verduras Pollo plancha Patatas dado cocidas Fruta fresca, pan *, agua	Puré de verduras Hamburguesa con tomate Patatas dado Fruta fresca, pan *, agua
MARTES	Arroz a la milanesa Pollo empanado Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agu	Arroz con tomate Palometa al limón Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agu	Arroz con tomate Palometa al limón Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan sin f.s*, agu	Arroz blanco Palometa al horno Zanahoria hervida Fruta fresca, pan *, agua	Arroz a la milanesa Palometa al limón Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agua
MIÉRCOLES	Sopa de fideos Garbanzos , pat, zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Yogur, pan * y agua	Sopa de fideos sin garbanzos , pat, zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Yogur, pan * y agua	Crema de verduras sin patata Morcillo,pollo, y repollo Yogur pan sin f.s* y agua	Sopa de fideos sin grasa pat, zanah, pollo Yogur natural, pan * y agua	Sopa de fideos Garbanzos , pat, zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Yogur vegetal, pan * y agua
JUEVES	Patatas estofadas con magro Lomo a la plancha Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua	Patatas estofadas con magro Merluza al horno Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua	Arroz blanco Merluza al horno Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan sin f.s *, agua	Crema de verduras Merluza al horno Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua	Patatas estofadas con magro Merluza al horno Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca, pan *, agua
VIERNES	Espaguetis boloñesa Tortilla con chorizo Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur, pan * y agua	Espaguetis boloñesa Tortilla con bonito Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur, pan * y agua	Espaguetis con tomate Tortilla francesa con bonito Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur, pan sin f.s * y agua	Espaguetis blancos Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur natural, pan * y agua	Espaguetis boloñesa Pollo plancha Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur vegetal, pan * y agua

NOVIEMBRE ‘23

MENÚ DIETAS
CUARTA SEMANA

Colegios Zola Las Rozas

	BASAL	DIETA Nº 1	DIETA Nº 2	DIETA Nº 3	DIETA Nº 4	DIETA Nº 5	DIETA Nº 6
	BASAL	DIETA Nº1 CELIACA (solo caldo vegetal natural, sin caldos industriales)	DIETA Nº2 SIN HUEVO (solo caldo vegetal natural, sin caldos industriales)	DIETA Nº3 SIN LECHE Y DERIVADOS LÁCTEOS (solo caldo vegetal natural o caldo de huesos, sin caldos ind	DIETA Nº4 BAJA EN GRASA (solo caldo vegetal natural o caldo de huesos, sin caldos industriales)	DIETA Nº5 SIN FRUTOS SECOS (solo caldo vegetal natural o caldo de huesos, sin caldos industriales)	DIETA Nº6 SIN FRUTOS SECOS NI LEGUMBRES (solo caldo vegetal natural, sin caldos industriales)
LUNES	Coditos a la napolitana Abadejo en salsa Ensalada: lechuga tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agua	Coditos sin gluten a la napolitana Abadejo en salsa sin gluten Ensalada: lechuga tomate y zanahoria Fruta fresca, pan s/g *, agua	Coditos sin huevo a la napolitana Abadejo en salsa Ensalada: lechuga tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agua	Coditos a la napolitana Abadejo en salsa Ensalada: lechuga tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agua	Coditos blancos Abadejo en salsa Ensalada: lechuga tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agua	Coditos a la napolitana Abadejo en salsa Ensalada: lechuga tomate y zanahoria Fruta fresca, pan sin f.s *, agua	Coditos a la napolitana Abadejo en salsa Ensalada: lechuga tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agua
MARTES	Crema de calabacín Ragú de pavo estofado patatas fritas Fruta fresca, pan *, agua	Crema de calabacín Ragú de pavo estofado s/g patatas fritas 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 Ragú de pavo estofado Ensalada Fruta fresca, pan *, agua	Crema de calabacín Ragú de pavo estofado patatas fritas Fruta fresca, pan sin f.s *, agua	Crema de calabacín Ragú de pavo estofado patatas fritas Fruta fresca, pan *, agua
MIÉRCOLES	Sopa de fideos Garbanzos , pa zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Yogur , pan * y agua	Sopa de fideos sin gluten Garbanzos , pat zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Yogur, pan s/g * y agua	Sopa de fideos sin huevo Garbanzos , pat zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Yogur 2, pan * y agua	Sopa de fideos Garbanzos , pat,, zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Yogur vegetal, pan * y agua	Crema verduras Garbanzos , pa, zanah, pollo,y repollo Yogur desnat, pan * y agua	Sopa de fideos 1,13 Garbanzos , pat13, zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Yogur 2, pan sin f.s * y agua	Sopa de fideos sin legumbre pollo,repollo Yogur , pan sin f.s* y agua
JUEVES	Arroz con verduras y pollo Filete de merluza en salsa Ensalada de lechuga,tomate y remolacha Fruta fresca, pan y agua	Arroz con verduras y pollo Filete de merluza en salsa sin gluten Ensalada de lechuga,tomate y remolacha Fruta fresca, pan s/g y agua	Arroz con verduras y pollo Filete de merluza en salsa Ensalada de lechuga,tomate y remolacha Fruta fresca, pan y agua	Arroz con verduras y pollo Filete de merluza en salsa Ensalada de lechuga,tomate y remolacha Fruta fresca, pan y agua	Arroz con verduras y pollo Filete de merluza en salsa Ensalada de lechuga,tomate y remolacha Fruta fresca, pan y agua	Arroz con verduras y pollo Filete de merluza en salsa 1,4 Ensalada de lechuga,tomate y remolacha Fruta fresca, pan sin f.s y agua	Arroz a banda Filete de merluza en salsa Ensalada de lechuga,tomate y remolacha Fruta fresca, pan y agua
VIERNES							

NOVIEMBRE ‘23

MENÚ DIETAS
CUARTA SEMANA

Colegios Zola Las Rozas

	DIETA Nº 7	DIETA Nº 8	DIETA Nº 9	DIETA Nº 10	DIETA Nº 11
	DIETA Nº7 SIN PESCADO ESTRICTA, NI MOLUSCOS NI CEFALÓPODOS	SIN FRUTOS SECOS, NI LEGUMBRES NI LEGUMINOSAS	DIETA Nº8 SIN FRUTOS SECOS, LEGUMBRES, CACAHUETE, SOJA, PATATA, OREGANO (tolerancia a judia verde, blanca, y pinta) VEGETARIANA CON PESCADO	DIETA Nº9 PROTECCIÓN GÁSTRICA Y FÁCIL MASTICACIÓN (a petición de los padres que lo soliciten)	DIETA Nº10 HUEVO, PLV(PROTEÍNA LECHE VACA), FRUTOS SECOS
LUNES	Coditos a la napolitana York a la plancha Ensalada: lechuga tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agua	Coditos a la napolitana Abadejo en salsa Ensalada: lechuga tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agua	Coditos a la napolitana Abadejo rebozado Ensalada: lechuga tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agua	Coditos blancos Abadejo al horno Patata hervida Fruta fresca, pan *, agua	Coditos sin huevo a la napolitana Abadejo en salsa Ensalada: lechuga tomate y zanahoria Fruta fresca, pan *, agua
MARTES	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 sin patata Ragú de pavo estofado Ensalada Fruta fresca, pan sin f.s*, agua	Crema de calabacín Ragú de pavo hervido patatas hervidas Fruta fresca, pan *, agua	Crema de calabacín Ragú de pavo estofado patatas fritas 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 sin legumbre pollo,y repollo Yogur , pan * y agua	Crema de verduras pollo,y repollo Yogur , pan sin f.s* y agua	Sopa de fideos sin grasa pat,pollo Yogur desnatado, pan * y agua	Sopa de fideos sin huevo Garbanzos , pat13, zanah, ternera chorizo,pollo,tocino y repollo Yogur vegetal, pan * y agua
JUEVES	Arroz con verduras y pollo Filete de pollo Ensalada de lechuga,tomate y remolacha Fruta fresca, pan y agua	Arroz a banda Filete de merluza en salsa Ensalada de lechuga,tomate y remolacha Fruta fresca, pan y agua	Arroz blanco Filete de merluza al horno Ensalada de lechuga,tomate y remolacha Fruta fresca, pan- sin f.s y agua	Arroz blanco Filete de merluza al horno Zanahoria hervida Fruta fresca, pan y agua	Arroz con verduras y pollo Filete de merluza en salsa Ensalada de lechuga,tomate y remolacha Fruta fresca, pan y agua
VIERNES					