

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>11</p> <p>Arroz con salsa de tomate Ensalada de judías verdes</p> <p>Rabas de calamar Pavo a la plancha Zanahorias baby o Ensalada Fruta fresca de temporada Pan blanco *</p>	<p>12</p> <p>Lentejas con verduras Espinacas a la crema</p> <p>Tortilla de patata y calabacín Pollo empanado Ensalada Fruta fresca de temporada Pan blanco *</p>	<p>13</p> <p>Puré de zanahorias Arroz integral con rape y gambas</p> <p>Ragout de ternera en salsa Merluza a la plancha Ensalada Yogur 2 Pan blanco *</p>	<p>14</p> <p>Sopa de picadillo con huevo Ensaladilla rusa</p> <p>Muslitos de pollo en salsa Salmón a la plancha Ensalada Fruta fresca de temporada Pan blanco *</p>	<p>Macarrones con tomate y queso Ensalada César</p> <p>Lomo plancha Bacalao en salsa Ensalada Yogur 2 Pan blanco *</p>
<p>18</p> <p>Espiraletas carbonara Jardinería de verduras</p> <p>Lenguadina a la romana Carrilleras estofadas Ensalada Fruta fresca de temporada Pan blanco *</p>	<p>19</p> <p>Judías verdes rehogadas Cous cous con verduras</p> <p>Emperador encebollado Pavo al curry Ensalada Fruta fresca de temporada Pan blanco *</p>	<p>20</p> <p>Patatas guisadas con magro Pisto de verduras</p> <p>Palometa con tomate asadas Ensalada Yogur 2 Pan blanco *</p> <p>Costillas</p>	<p>21</p> <p>Sopa de fideos Repollo rehogado al pimentón</p> <p>Cocido completo Burritos de pollo Ensalada Fruta fresca de temporada Pan blanco *</p>	<p>Arroz con tomate Espinacas rehogadas</p> <p>Chuletas a la riojana Tortilla con jamón Ensalada Mousse de yogur Pan blanco *</p>
<p>25</p> <p>Lentejas con verduras y chorizo Alcachofas con gambas</p> <p>Lomo de sajonia a la plancha Salmón en salsa Patatas dadas / ensalada Fruta fresca de temporada Pan blanco *</p>	<p>26</p> <p>Arroz abundante Tosta de verduras</p> <p>Huevos villaroy Filete de pavo al ajillo Tomates aliñados / Ensalada Fruta fresca de temporada Pan blanco *</p>	<p>27</p> <p>Macarrones napolitana Verduras asadas</p> <p>Ternera en salsa de soja Merluza a la bilbaina Ensalada / patatas Yogur 2 Pan blanco *</p>	<p>28</p> <p>Crema de verduras y guisantes Patatas a la marinera</p> <p>Albóndigas de ternera en salsa Tortilla paisana Arroz integral / Ensalada Fruta fresca de temporada Pan blanco *</p>	<p>Judías blancas con verduras Acelgas rehogadas</p> <p>Pollo asado en salsa Jurel al horno Ensalada Yogur 2 Pan blanco *</p>
<p>Menú aprobado en el comité de utrición del Colegio Zola en sesión el 09 de Diciembre de 2020. Todos nuestros platos se elaboran en las cocinas del colegio con materias primas de primera calidad, utilizando para ello primeras marcas nacionales.</p>	<p><i>Atendiendo al Reglamento 1169/2011, pueden solicitar al personal de ARCE la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias</i></p>	<p>1 gluten; 2 leche; 3 huevo 4 pescado; 5 crustáceos; 6 moluscos 7 frutos secos; 8 sésamo; 9 soja; 10 11 lácteos; 12 frutos de cáscara; 13 sulfitos; 14 almendras; 15 trazas *Pan: contiene gluten, puede contener trazas de sésamo y de frutos de cáscara</p>		