



Colegio Liceo Mediterráneo



Liceo, ¿te cuento que
desayunamos?
Liceo, ¿te cuento que
desayunamos?
Yogur de soja y galletas
APTAS APLV.

Merendamos papilla
hecha con fruta fresca
y zumo. Además,
nuestras señoras nos dan
fruta troceada y
galletitas APTAS
APLV/Sin lactosa.

Si tenemos alguna alergia, en
nuestra cocina, nos adaptan
el menú a nuestras
necesidades.

Mediterráneo, ya sabes tú lo
importante que es beber agua
en pequeñas cantidades muchas
veces al día.

Y todo cocinado con mimo,
dedicación, profesionalidad y
como no, con frutas, verduras y
hortalizas de nuestro campo,
de primera calidad.

School Canteen

Comedor Escolar

Menu

Menú

May 2024

Mayo 2024

Healthy food and
exercise
are the basis for
iron health.



COCI... PINTAMOS?

Amig@ de nuestro comedor, desde Cocina te invitamos a unir los números. Luego colorea el dibujo.
¡Puedes ponerlo en tu nevera y que todos en casa vean el artista que llevas dentro!

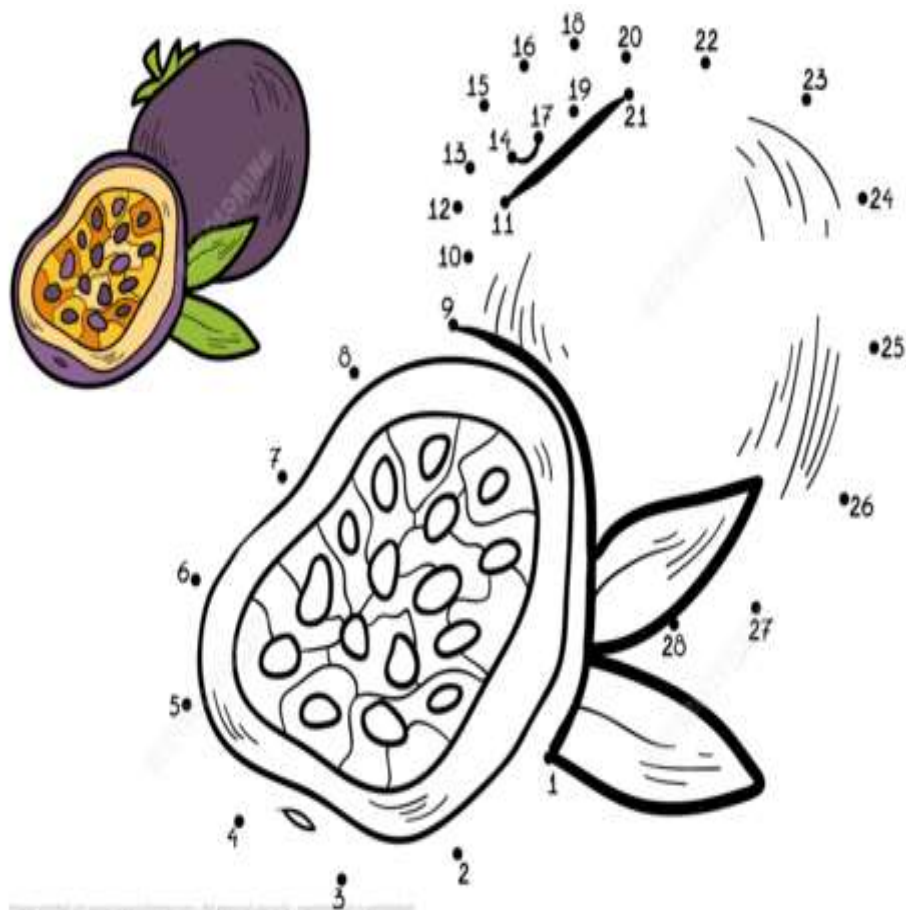


Image printed on www.papercrafting.com. All personal drawings, registered trademarks.

Adivina, adivinanza...

1) No tengo cabeza, pero llevo sombrero. Sin pies me mantengo erguido. En los bosques me aglomero. Por los duendes soy muy querido.

2) Tengo ojos, pero no veo, soy feucha y arrugada, y a vivir sin ver la luz estoy muy acostumbrada.

Soluciones. 1) La seta. 2) La patata.

Nuestras ensaladas frescas y crujientes.

Directas del campo a la mesa...

NAME	INGREDIENTS
Seafood salad	Letucce, tomato, carrot and tuna.
Country salad	Letucce, tomato, carrot and corn.
Jaén salad	Letucce, tomato, carrot and olives.
Silver salad	Letucce, tomato, carrot and palmetto.
Stable salad	Letucce, tomato and carrot.
Farmyard salad	Letucce, tomato, carrot and boiled egg.
Almería salad	Letucce, tomato, carrot and Almería cucumber.
Popcorn salad	Letucce, tomato, carrot, corn and apple.
Citrus salad	Letucce, tomato, carrot, orange and olives.
Golden salad	Letucce, tomato, carrot, corn and palmetto.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Menú APLV (Guardería). Todos los platos están exentos de leche y sus derivados. Cena* recomendada.	1 FESTIVO.	2 Cocido andaluz con pollo. Tortilla de patatas con calabacín. ----- Silver salad. ----- Lácteo de soja. Cena*: Boquerones rebozados, ensalada y fruta del tiempo.	3 Guisillo de verduras. Bacalao al horno. ----- Stable salad. ----- Lácteo de soja. Cena*: menestra de verduras con huevo cocido y fruta del tiempo.
Menestra de verduras con arroz. Tortilla de zanahoria con patatas. ----- 6 Farmyard salad. ----- Lácteo de soja. Cena: puré de patatas, pescado blanco al horno y fruta del tiempo.	Lentejas pardinas con verduras. Pollo al horno. ----- 7 Almería salad. ----- Lácteo de soja. Cena*: tortilla de guisantes, ensalada y fruta.	Cazuela de rosada con verduras. Mero con guisantes al horno. ----- 8 Popcorn salad. ----- Lácteo de soja. Cena*: ensalada de judías verdes, huevo cocido y fruta.	Sopa de verduras con calabaza. Pavo con salsa al horno. ----- 9 Citrus salad. ----- Lácteo de soja. Cena*: consomé con picatostes y jamón, tortilla de atún y fruta.	Olla de verduras con patatas. Merluza a la plancha en salsa de verduras. ----- 10 Golden salad. ----- Lácteo de soja. Cena*: sándwich jamón cocido, tomate natural y fruta.
Crema de verduras con arroz. Brócoli al horno con verduras. ----- 13 Seafood salad. ----- Lácteo de soja. Cena*: verduras cocidas con huevo y patatas, tomate natural y fruta.	Guiso con verduras y pollo. Tortilla de jamón cocido al horno. ----- 14 Country salad. ----- Lácteo de soja. Cena*: crema de verduras, pavo a la plancha y lácteo de soja.	Lentejas con verduras y patatas. Salchichas de pollo al horno. ----- 15 Jaén salad. ----- Lácteo de soja. Cena*: berenjenas rellenas, ensalada del tiempo y fruta del tiempo.	Caldereta de verduras y rape. Pechugas de pollo con patatas al horno. ----- 16 Silver salad. ----- Lácteo de soja. Cena*: tortilla con calabacín, tomate natural y fruta del tiempo.	Potaje de judías con patatas. Gallo pedro al horno con verduras. ----- 17 Stable salad. ----- Lácteo de soja. Cena*: arroz 3 delicias, fruta y lácteo de soja.
Caldereta de arroz con pollo. Rape a la marinera. ----- 20 Farmyard salad. ----- Lácteo de soja. Cena*: revuelto de guisantes, puré de calabacín y fruta del tiempo.	Cazuela de fideos con merluza. Filetes de lenguado al horno. ----- 21 Almería salad. ----- Lácteo de soja. Cena*: sopa de espárragos, jamón serrano, fruta del tiempo.	Lentejas con verduras. Pechuga de pavo plancha. ----- 22 Popcorn salad. ----- Lácteo de soja. Cena*: pescado blanco plancha, verduras plancha y fruta del tiempo.	Guiso de patatas con verduras. Tortilla española. ----- 23 Citrus salad. ----- Lácteo de soja. Cena*: dorada al horno con ensalada y fruta fresca.	Guiso de verduras. Rosada al horno. ----- 24 Golden salad. ----- Lácteo de soja. Cena*: pechuga pollo plancha, ensalada y fruta fresca.
Puré de calabacín con patatas. Mero con verduras. ----- 27 Seafood salad. ----- Lácteo de soja. Cena*: pisto de verduras, york plancha y fruta del tiempo.	Lentejas con verduras. Pechuga de pollo con salsa de verduras al horno. ----- 28 Country salad. ----- Lácteo de soja. Cena*: tortilla de jamón cocido, ensalada mixta y fruta del tiempo.	Cazuela de rape con patatas. Tortilla con queso. ----- 29 Jaén salad. ----- Lácteo de soja. Cena*: pescado blanco a la plancha, ensalada mixta y fruta del tiempo.	Caldereta de verduras y raya. Pollo al horno. ----- 30 Silver salad. ----- Lácteo de soja. Cena*: acelgas con patatas, fruta y lácteo de soja.	Estofado de patatas y verduras. Rape con verduras al horno. ----- 31 Stable salad. ----- Lácteo de soja. Cena*: Sopa de fideos y verduras, pescado blanco al horno y fruta.