



Colegio Liceo Mediterráneo



Liceo, ¿te cuento que
desayunamos?
0 y 1 año, yogur de soja y
galletas SIN leche.
2 años, lunes, miércoles y
viernes, zumo natural de
naranja recién exprimido y
bocadillo saludable APTO.
Martes y jueves, zumo
natural de naranja con
bizcocho casero SIN leche
y/o galletas APTAS.

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

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

September

2025

Septiembre 2025

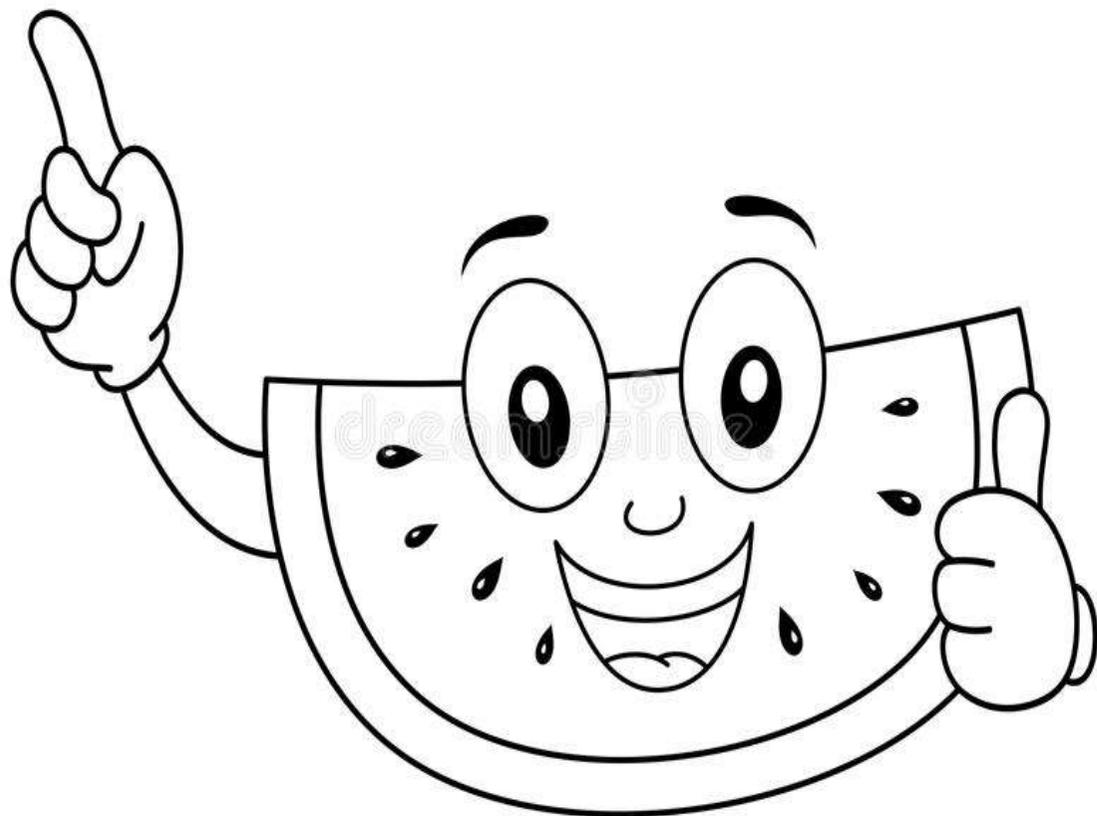
Healthy food and
exercise
are the basis for
iron health.



COCI... PINTAMOS?

Amig@ de nuestro comedor, desde Cocina te invitamos a colorear el dibujo.

¡Puedes ponerlo en tu nevera y que todos en casa vean el artista que llevas dentro!



Adivina, adivinanza...

1) Choco me dice la gente, late mi corazón. El que no sepa mi nombre, es un gran tontorrón.

2) ¿Quieres té? ¡Pues toma té! ¿Sabes ya qué fruto es? creas, nunca lo adivinarás.

Soluciones. 1) Chocolate. 2) Tomate

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

Menú guardería APLV.

Todos los platos están exentos de leche y sus derivados.

Cena* recomendada.

MARTES



MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

8 Puré de verduras con arroz y patatas.
Gallineta al horno.

Farmyard salad.

Lácteo de soja.

Cena*: habichuelas cocidas, patatas, tomate natural y fruta del tiempo.

9 Cocido de verduras y pollo.
Tortilla de calabacín al horno.

Almería salad.

Lácteo de soja.

Cena*: espinacas con jamón, patatas al vapor y fruta.

10 Lentejas con verduras y patatas.
Pechuga de pollo en salsa.

Popcorn salad.

Lácteo de soja.

Cena*: salmón plancha, ensalada del tiempo y fruta.

11 Gurullos con verduras y pescadilla.
Salchichas con verduras al horno.

Citrus salad.

Lácteo de soja.

Cena*: tortilla de guisantes, ensalada, lácteo de soja y fruta del tiempo.

12 Olla de verduras con patatas.
Rape a la marinera.

Golden salad.

Lácteo de soja.

Cena*: berenjenas rellenas, ensalada y fruta del tiempo.

15 Puré de verduras con arroz integral.
Rosada al horno.

Seafood salad.

Lácteo de soja.

Cena*: pollo a la plancha, ensalada y fruta del tiempo.

16 Cocido de verduras con patatas.
Pavo al horno.

Country salad.

Lácteo de soja.

Cena*: brócoli cocido, jamón y fruta del tiempo.

17 Lentejas pardinas con verduras.
Tortilla de pechuga de pavo.

Jaén salad.

Lácteo de soja.

Cena*: sopa de pescado con fideos, ensalada del tiempo y fruta.

18 Sopa de fideos con rosada.
Pechuga de pollo al horno.

Silver salad.

Lácteo de soja.

Cena*: verduras asadas, boquerones fritos y fruta del tiempo.

19 Estofado de verduras.
Merluza al horno con verduras.

Stable salad.

Lácteo de soja.

Cena*: tortilla de espinacas, ensalada y fruta del tiempo.

22 Guisadillo de verduras con arroz.
Bacalao con verduras al horno.

Farmyard salad.

Lácteo de soja.

Cena*: pechuga de pavo plancha con tomate natural y patatas, fruta fresca.

23 Guisillo con verduras y pollo.
Tortilla de patatas.

Almería salad.

Lácteo de soja.

Cena*: coliflor rebozada, pescado blanco a la plancha, ensalada y fruta.

24 Sopa de verduras con rape.
Pechugas de pollo al horno.

Popcorn salad.

Lácteo de soja.

Cena*: crema de espinacas, sándwich de tomate con jamón cocido y fruta del tiempo.

25 Lentejas con patatas y verduras.
Mero al horno.

Citrus salad.

Lácteo de soja.

Cena*: pechuga de pollo a la plancha, ensalada de tomate y atún. Lácteo de soja.

26 Guiso de pavo.
San Pedro en salsa española.

Golden salad.

Lácteo de soja.

Cena*: tortilla de calabacín, ensalada de tomate y atún. Lácteo de soja.

29 Crema de verduras.
Gallo pedro al horno.

Seafood salad.

Lácteo.

Cena*: tortilla francesa, ensalada y fruta.

30 Cocido de verduras con pollo.
Pechuga de pavo al horno.

Jaén salad.

Lácteo.

Cena*: dorada a la plancha, ensalada y fruta.

