



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

December 2025

Diciembre 2025

Healthy food and
exercise
are the basis for
iron health.



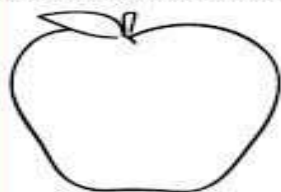
COCI... PINTAMOS?

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

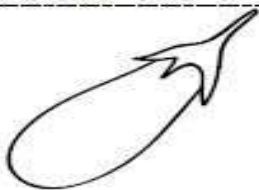
¡Puedes recortar las cartitas y ordenarlas en dos grupos! Fruit or vegetable?

Fruit or vegetable?

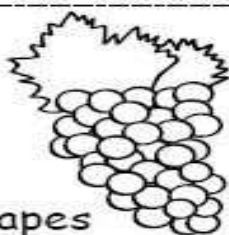
Sort the cards.



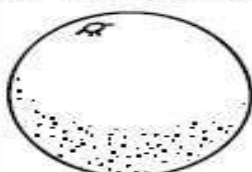
apple



eggplant



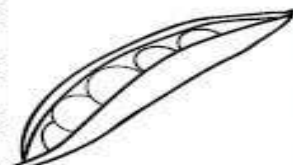
grapes



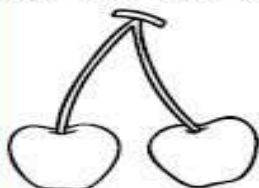
orange



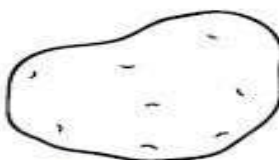
onion



peas



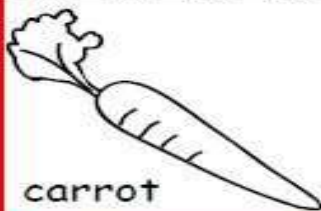
cherries



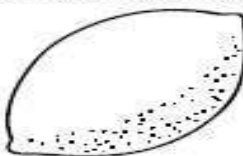
potato



strawberry



carrot



lemon



pumpkin

Adivina, adivinanza...

1.) Redondo como la luna y blanco como la cal. Me hacen de leche...

¡y ya no te digo más!


2.) La A, anda. La B, besa. La C, reza ¿Qué fruta es esa?

Soluciones. 1). El queso 2.) La cereza

Nuestras ensaladas frescas y crujientes.

Directas del campo a la mesa...

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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<p>Menú de Guardería APLV.</p> <p>Todos los platos están exentos de leche así como sus derivados.</p> <p>Cena* recomendada.</p>			
<p>Guisillo de verduras con patatas y arroz. Medallones de bacalao con tomate.</p> <p>-----</p> <p>1 Citrus salad.</p> <p>-----</p> <p>Yogur de soja.</p> <p>Cena*: boquerones fritos, ensalada y fruta del tiempo.</p>	<p>Cazuela de verduras, patatas y pollo. Pollo al horno.</p> <p>-----</p> <p>2 Golden salad.</p> <p>-----</p> <p>Yogur de soja.</p> <p>Cena*: tortilla de espinacas, fruta del tiempo y lácteo de soja.</p>	<p>Lentejas estofadas con verduras. Pechugas de pavo al horno.</p> <p>-----</p> <p>3 Seafood salad.</p> <p>-----</p> <p>Yogur de soja.</p> <p>Cena*: arroz salteado con verduras, tomate natural y fruta del tiempo.</p>	<p>Cazuela de mero con patatas. Lomo mediterráneo.</p> <p>-----</p> <p>4 Country salad.</p> <p>-----</p> <p>Yogur de soja.</p> <p>Cena*: pescado a la plancha, ensalada y fruta.</p>	<p>Guisadillo de verduras. Gallineta al horno.</p> <p>-----</p> <p>5 Jaen salad.</p> <p>-----</p> <p>Yogur de soja.</p> <p>Cena*: sopa de espárragos, pechuga de pavo al vapor, tomate natural y fruta.</p>
<p>8 FESTIVO.</p>	<p>Estofado con arroz y verduras Rosada con verduras.</p> <p>-----</p> <p>9 Silver salad.</p> <p>-----</p> <p>Yogur de soja.</p> <p>Cena*: tortilla de calabacín, ensalada y fruta del tiempo.</p>	<p>Olla de verduras con pollo. Filetes de pavo al punto .</p> <p>-----</p> <p>10 Stable salad.</p> <p>-----</p> <p>Yogur de soja.</p> <p>Cena*: consomé de picatostes, salchichas de pavo cocidas y fruta del tiempo.</p>	<p>Sopa de mero con verduras y patatas. Tortilla de guisantes.</p> <p>-----</p> <p>11 Farmyard salad.</p> <p>-----</p> <p>Yogur de soja.</p> <p>Cena *: ensalada de judías, huevo cocido y tomate.</p>	<p>Guisillo de verduras. Rape en salsa de verduras.</p> <p>-----</p> <p>12 Almería salad.</p> <p>-----</p> <p>Yogur de soja.</p> <p>Cena*: berenjenas rellenas, jamón serrano, fruta del tiempo</p>
<p>Olla de verduras con arroz. Merluza a la marinera.</p> <p>-----</p> <p>15 Popcorn salad.</p> <p>-----</p> <p>Yogur de soja.</p> <p>Cena*: revuelto de guisantes, puré de calabacín y fruta del tiempo.</p>	<p>Guiso de pollo de corral con verduras. Pollo en pepitoria con patatas.</p> <p>-----</p> <p>16 Citrus salad.</p> <p>-----</p> <p>Yogur de soja.</p> <p>Cena*: crema de verduras, dorada a la plancha y fruta del tiempo.</p>	<p>Lentejas pardinas con verduras. Salchichas de pavo al punto.</p> <p>-----</p> <p>17 Golden salad.</p> <p>-----</p> <p>Yogur de soja.</p> <p>Cena*: brócoli cocido con patatas, york a la plancha y fruta del tiempo.</p>	<p>Cazuela de rape con patatas. Jamón cocido al horno.</p> <p>-----</p> <p>18 Seafood salad.</p> <p>-----</p> <p>Yogur de soja.</p> <p>Cena*: sopa de verduras, pavo a la plancha y fruta fresca.</p>	<p>Estofado con pavo y verduras. Tortilla de patatas.</p> <p>-----</p> <p>19 Country salad.</p> <p>-----</p> <p>Yogur de soja.</p> <p>Cena*: menestra de verduras cocidas con huevo y lácteo de soja.</p>