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.



School Canteen

Comedor Escolar

Menu

Menú

Noviembre 2026

Noviembre 2026

Healthy food and exercise are the basis for iron health.

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

Si tenemos algún problema de 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.

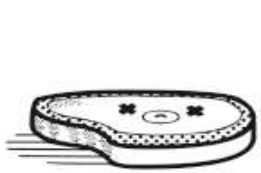
Y todo cocinado con mimo, dedicación, profesionalidad y como no, con frutas, verduras y hortalizas de nuestro campo, de primera calidad.



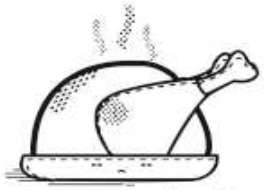
COCI... PINTAMOS?

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

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



Steak



Roasted chicken



Pepper



Cheese



Orange juice



Spoon / fork



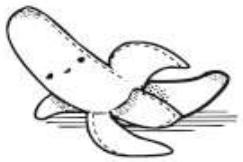
Bread



Eggs



Pear



Banana



Tomato



Cake

Adivina, adivinanza...

1.) En blanco pañal nací, En verde me transformé, Y durante el crecimiento, Amarillo me quedé.

2.) Una señorita va por el mercado con su cola verde y su traje morado.

Soluciones. 1) El limón. 2) La berenjena.

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
2 NO LECTIVO.	Guisillo de verduras con arroz. Rape en salsa de verduras. --- 3 Stable salad. --- Yogur de soja. *Cena*: sopa de espárragos, jamón serrano, fruta del tiempo.*	Lentejas con verduras. Pechugas de pollo al horno. --- 4 Almería salad. --- Yogur de soja. *Cena*: tortilla de jamón cocido, ensalada mixta y fruta.*	Sopa de fideos con verduras y pescadilla. Mero al horno. --- 5 Popcorn salad. --- Yogur de soja. *Cena. sopa de otoño, tomate natural y fruta del tiempo.*	Estofado de habichuelas. Tortilla de york. --- 6 Citrus salad. --- Yogur de soja. *Cena*: pastel de tortilla, ensalada y fruta.*
Menestra de verduras con calabaza y arroz. Pollo a la plancha con salsa verduras. --- 9 Golden salad. --- Yogur de soja. *Cena*: revuelto de guisantes con jamón, ensalada y fruta del tiempo.*	Olla de verduras con pollo. Pechugas de pavo. --- 10 Seafood salad. --- Yogur de soja. *Cena*: verduras cocidas con huevo y patatas, tomate natural y fruta.*	Lentejas pardinas con patatas. Tortilla de patatas. --- 11 Country salad. --- Yogur de soja. *Cena*: crema de champiñones, pescado blanco a la plancha y fruta.*	Cazuela de verduras con guisantes y merluza. Bacalao al horno con verduras. --- 12 Jaén salad. --- Yogur de soja. *Cena*: boquerones fritos, tomate natural y fruta del tiempo.*	Estofado de verduras. Rosada a la marinera. --- 13 Silver salad. --- Yogur de soja. *Cena*: sopa juliana, ensalada de judías y fruta del tiempo.*
Sopa de verduras con calabacín y arroz. Tortilla con guisantes al horno. --- 16 Stable salad. --- Yogur de soja. *Cena*: pescado blanco con verduras y fruta del tiempo.*	Guiso de verduras con contramuslos. Pollo asado. --- 17 Farmyard salad. --- Yogur de soja. *Cena*: pipirrana, puré de patatas, jamón serrano, fruta del tiempo.*	Crema castellana. Supremas de merluza con verduras. --- 18 Almería salad. --- Yogur de soja. *Cena*: tortilla de espinacas, puré de calabacín y zanahoria y fruta.*	Cazuela de fideos con rosada. Tortilla de calabacín. --- 19 Jaén salad. --- Yogur de soja. *Cena*: habichuelas cocidas con atún y tomate natural, fruta del tiempo.*	Patatas guisadas con verduras. Gallineta al horno. --- 20 Citrus salad. --- Yogur de soja. *Cena*: sopa con pollo y pechuga de pavo con tomate y fruta.*
Cocido de verduras con pollo. Pechugas de pavo a la plancha. --- 23 Golden salad. --- Yogur de soja. *Cena*: espinacas con atún, york a la plancha y fruta del tiempo.*	Olla con hortalizas y ave de corral. Lenguado al horno. --- 24 Seafood salad. --- Yogur de soja. *Cena*: tortilla de atún, ensalada con aceitunas y lácteo de soja.*	Estofado de lentejas. Tortilla francesa. --- 25 Seafood salad. --- Yogur de soja. *Cena*: patatas con habichuelas, tomate natural y lácteo de soja.*	Caldereta de verduras con mero. Salchichas de pavo al horno. --- 26 Popcorn salad. --- Yogur de soja. *Cena*: dorada a la plancha, tomate natural y fruta.*	Arroz caldoso con ave de corral. Gallo pedro al horno. --- 27 Seafood salad --- Lácteo. *Cena* crema de calabacín, salchichas pavo y fruta.*
Guisillo de verduras con patatas y arroz. Salmón al horno. --- 30 Citrus salad. --- Yogur de soja. *Cena*: boquerones fritos, ensalada y fruta del tiempo.*				Menú Guardería APLV. Todos los platos están exentos de leche y sus derivados. *Cena* recomendada.*