



Colegio Liceo Mediterráneo



Liceo, ¿te cuento que
desayunamos?
0 y 1 año, yogur natural
azucarado y galletas
SIN huevo.

2 años, lunes, miércoles
y viernes, zumo natural
de naranja recién
exprimido y bocadillo
saludable APTO.
Martes y jueves, lácteo
variado con galletas
APTAS.

Merendamos papilla hecha con
fruta fresca, zumo, cereales y
galletas SIN huevo. 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

2022

Septiembre 2021

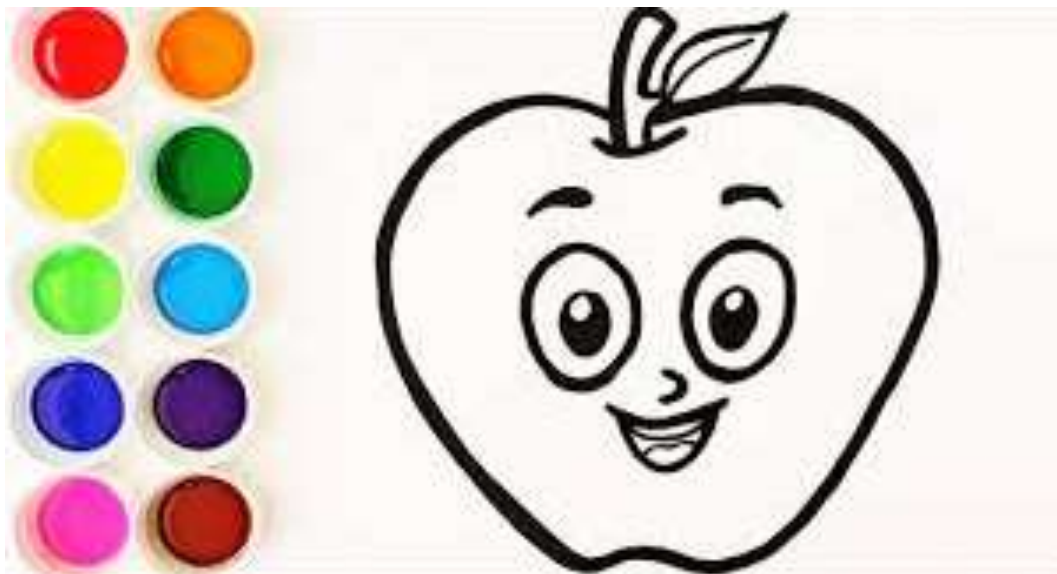
Healthy food and
exercise
are the basis for
iron health.



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!



APPLE.



Apple tree.

Nuestras ensaladas frescas y crujientes.

Directas del campo a la mesa...

NAME	INGREDIENTS
<i>Seafood salad</i>	Letucce, tomato, carrot and tuna.
<i>Country salad</i>	Letucce, tomato, carrot and corn.
<i>Jaén salad</i>	Letucce, tomato, carrot and olives.
<i>Silver salad</i>	Letucce, tomato, carrot and palmetto.
<i>Stable salad</i>	Letucce, tomato, carrot and fresh cheese.
<i>Farmyard salad</i>	Letucce, tomato and carrot.
<i>Almería salad</i>	Letucce, tomato, carrot and Almería cucumber.
<i>Popcorn salad</i>	Letucce, tomato, carrot, corn and apple.
<i>Citrus salad</i>	Letucce, tomato, carrot, orange and olives.
<i>Golden salad</i>	Letucce, tomato, carrot, corn and palmetto.

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Menú guardería SIN huevo.

Todos los platos (pastas, rebozados, etc) están exentos del alérgeno.

Cena* recomendada.



WELCOME!

Menú guardería SIN huevo.
Todos los platos (pastas, rebozados, etc) están exentos del alérgeno.
Cena* recomendada.

Menú guardería SIN huevo.
Todos los platos (pastas, rebozados, etc) están exentos del alérgeno.
Cena* recomendada.

Menú guardería SIN huevo.
Todos los platos (pastas, rebozados, etc) están exentos del alérgeno.
Cena* recomendada.

8
Lentejas con verduras.
Pavo al horno.

Silver salad.

Petit.
Cena*: Menestra de verduras, atún, fruta del tiempo.

9
Guisadillo de patatas con ternera.
Rosada a la molinera.

Stable salad.

Lácteo.
Cena*: puré de patata, caballa a la plancha, ensalada de lechuga y lácteo.

12
Puré de verduras con arroz y patatas.
Lenguado al horno.

Farmyard salad.

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

13
Cocido de verduras y pollo.
Mero a la plancha.

Almería salad.

Petit.
Cena*: espinacas con queso, jamón y fruta.

14
Lentejas con verduras y patatas.
Pechugas de pollo en salsa.

Popcorn salad.

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

15
Gurullos con verduras y mero.
Salchichas con verduras al horno.

Citrus salad.

Petit.
Cena*: guisantes con jamón salteados, ensalada, lácteo y fruta del tiempo.

16
Olla de verduras con patatas y ajo.
Rape a la marinera.

Golden salad.

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

19
Puré de verduras con arroz integral.
Gallo pedro al horno.

Seafod salad.

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

20
Cocido de verduras con patatas.
Pavo al horno.

Country salad.

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

21
Lentejas pardinias con verduras.
Jamón cocido a la plancha.

Jaén salad.

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

22
Sopa con rosada.
Pechuga de pollo al horno.

Silver salad.

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

23
Estofado de ternera con verduras.
Merluza al horno con verduras.

Stable salad.

Lácteo.
Cena*: espinacas al vapor salpimentadas, ensalada y fruta del tiempo.

26
Guisadillo de verduras con arroz.
Bacalao con verduras al horno.

Farmyard salad.

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

27
Guisillo con verduras y pollo.
Pollo al horno con verduras.

Almería salad.

Petit.
Cena*: coliflor al vapor, pescado blanco a la plancha, ensalada y fruta.

28
Sopa de verduras con rape.
Pavo al horno.

Popcorn salad.

Lácteo.
Cena*: crema de espinacas, sándwich mixto, lácteo y fruta del tiempo.

29
Lentejas con patatas y verduras.
Mero al horno.

Citrus salad.

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

30
Guiso de ternera.
San pedro en salsa ligera de verduras.

Citrus salad.

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