

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

3

NO LECTIVO

4

NO LECTIVO

5

NO LECTIVO

6

FESTIVO

7

NO LECTIVO

10

LENTEJAS A LA RIOJANA
CROQUETAS ARTESANAS DE JAMÓN
ENSALADA DE COL, ZANAHORIA Y MAHONESA
FRUTA

11

COLIFLOR CON BECHAMEL GRATINADA
ESTOFADO DE TERNERA JARDINERA CON VERDURITAS Y PATATAS A DADOS
FRUTA

12

GOLFO DE BENGALA: INDIA
ARROZ ESPECIADO ESTILO HINDÚ
POLLO TANDOORI
TOMATE HORNO
GELATINA DE FRESA

13

SOPA DE COCIDO
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO, POLLO, CHORIZO, PATATA Y REPOLLO
FRUTA

14

ESPAGUETIS (ECOLÓGICO) A LA NAPOLITANA
MERLUZA AL LIMÓN
VERDURAS GRATINADAS
FRUTA

17

JUDÍAS VERDES CON JAMÓN
MENESTRA DE VERDURAS
POLLO A LA MIEL
FILETE DE POLLO A LA PLANCHA
TOMATE CON ORÉGANO
FRUTA

18

PAELLA DE CARNE
ARROZ AL CURRY
BACALAO AL HORNO CON TOMATE
BACALAO AL HORNO CON LIMÓN SOBRE CAMA DE CEBOLLA Y PATATA
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y MAÍZ
FRUTA

19

SOPA DE LETRAS
SOPA DE ARROZ
LOMO A LAS FINAS HIERBAS
MAGRO EN SALSA DE TOMATE
PATATAS DADO
FRUTA

20

JORNADA FISH REVOLUTION
MACARRONES GRATINADOS CON CHORIZO MARINO
WOK DE VERDURAS CON TALLARINES
BOQUERÓN ANDALUZA (ENHARINADO Y FRITO)
ABADEJO EN ADOBO
LECHUGA, MAÍZ Y COL LOMBARDA
FRUTA

21

PLANT BASED FRIDAYS
ALUBIAS BLANCAS (ECOLÓGICO) GUIADAS CON SETAS
GUISANTES REHOGADOS
REVUELTO MURCIANO CON HUEVO, CALABACÍN Y CEBOLLA
TORTILLA DE PATATAS
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
YOGUR

24

CREMA DE ZANAHORIAS
PISTO
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO CON ROMERO FRESCO
POLLO ASADO CON PIÑA
ZANAHORIA BABY CARAMELIZADA
FRUTA

25

CREMA DE VERDURAS CON CRUJIENTE DE JAMÓN (ACELGA, CALABACÍN, PUERRO, ZANAHORIA)
SALTEADO DE BRÓCOLI Y CHAMPIÑONES
HAMBURGUESA 100% TERNERA CON CEBOLLA CARAMELIZADA
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA
GUISANTES Y PATATAS DADO
YOGUR

26

ARROZ CON SALSA ALLA NORMA (SALSA DE TOMATE Y BERENJENA)
ARROZ TRES DELICIAS
SALMON AL HORNO CON HIERBAS Y LIMON
ATÚN ORLY
LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ
FRUTA

27

SOPA DE COCIDO
REPOLLO REHOGADO
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO, POLLO, CHORIZO, PATATA Y REPOLLO
LACÓN A LA GALLEGA
PATATAS CACHELO
FRUTA

28

PLANT BASED FRIDAYS
LENTEJAS A LA JARDINERA
HUMMUS CON GARBANZO, AGUACATE Y HUEVO
TORTILLA DE CALABACÍN
HUEVOS RELLENOS CON ATUN Y MAHONESA
ZANAHORIA EN RODAJAS
FRUTA

31

CREMA DUBARRY (CREMA DE COLIFLOR Y PATATA)
VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, ZANAHORIA, PATATA)

STROGONOFF DE CERDO Y SETAS
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA
PURÉ DE MANZANA
FRUTA

Nuestros menús incluyen PAN BLANCO E INTEGRAL y la bebida será AGUA.



C. LICEO SOROLLA

January - 2022

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

3

NO LECTIVO

4

NO LECTIVO

5

NO LECTIVO

6

FESTIVO

7

NO LECTIVO

10

RIOJA STYLE LENTILS
HAM CROQUETTES
CABBAGE, CARROT AND MAYONNAISE SALAD
FRUIT

11

CAULIFLOWER WITH BECHAMEL SAUCE AU GRATIN
BEEF AND VEGETABLES STEW
FRUIT

12

GOLFO DE BENGALA: INDIA
INDIAN-STYLE SPICY RICE
TANDOORI CHICKEN
BAKED TOMATO
STRAWBERRY GELATIN

13

TRADITIONAL SPANISH 'COCIDO' STEW WITH CHICKEN AND VEGETABLES
CHICKPEAS, MEAT, CHICKEN, CHORIZO, POTATO & CABBAGE STEW
FRUIT

14

NAPOLITANAN PASTA (ECOLOGIC)
LEMON HAKE
VEGETABLES AU GRATIN
FRUIT

17

GREEN BEANS WITH HAM MIXED VEGETABLES
CHICKEN AND HONEY GRILLED CHICKEN STEAK
TOMATO AND OREGANO
FRUIT

18

PAELLA WITH MEAT CURRIED RICE
BAKED COD WITH TOMATO SAUCE
BAKED COD WITH LEMON AND ONION AND POTATO
LETTUCE, TOMATO, CARROTS AND SWEET CORN SALAD
FRUIT

19

PASTA LETTER SOUP RICE SOUP
SEASONED PORK LOIN PORK IN TOMATO SAUCE
DICED POTATOES
FRUIT

20

JORNADA FISH REVOLUTION
PASTA AU GRATIN WITH SEA SAUSAGE TAGLIATELLE AND VEGETABLES WOK
ANDALUSIAN STYLE ANCHOVY MARINATED FISH
LETTUCE, CORN AND RED CABBAGE
FRUIT

21

PLANT BASED FRIDAYS
WHITE BEANS (ECOLOGICAL) STEWED WITH MUSHROOMS
PEAS WITH OLIVE OIL
SCRAMBLED EGGS WITH COURGETTE, ONION AND POTATO
SPANISH OMELETTE
LETTUCE AND SHREDDED CARROT
YOGHURT

24

CREAM OF CARROTS SOUP RATATOUILLE
ROAST CHICKEN WITH ROSEMARY
ROAST CHICKEN WITH PINEAPPLE
BABY CARROTS
FRUIT

25

VEGETABLE CREAM WITH CRISPY HAM (CHARD, COURGETTE, LEEK, CARROT)
SAUTEED BROCCOLI AND MUSHROOMS
100% BEEF BURGER WITH CARAMELISED ONION MEATBALLS WITH VEGETABLES
PEAS AND DICED POTATOES
YOGHURT

26

RICE WITH NORMA'S SAUCE (TOMATO AND AUBERGINE SAUCE)
CHINESE FRIED RICE
BAKED SALMON WITH HERBS AND LEMON BATTERED TUNA
LETTUCE, TOMATO AND SWEETCORN
FRUIT

27

TRADITIONAL SPANISH 'COCIDO' STEW WITH CHICKEN AND VEGETABLES CABBAGE WITH OLIVE OIL
CHICKPEAS, MEAT, CHICKEN, CHORIZO, POTATO & CABBAGE STEW
GALICIAN STYLE BOILED PORK
DICED BOILED POTATOES
FRUIT

28

PLANT BASED FRIDAYS
VEGETABLE LENTILS
HUMMUS WITH GARBANZO, AVOCADO AND EGG
COURGETTE OMELETTE
STUFFED EGGS WITH TUNA AND MAYONNAISE
SLICED CARROTS
FRUIT

31

DUBARRY CREAM (CAULIFLOWER AND POTATO CREAM)
TRICOLOR VEGETABLES (BROCCOLI, CARROT AND POTATO)
PORK AND MUSHROOM STROGONOFF
GRILLED PORK LOIN SLICES
APPLE SAUCE
FRUIT

Nuestros menús incluyen PAN BLANCO E INTEGRAL y la bebida será AGUA.

Liceo Sorolla

Learning School



C. LICEO SOROLLA - Guardería

Enero - 2022

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

3

NO LECTIVO

4

NO LECTIVO

5

NO LECTIVO

6

FESTIVO

7

NO LECTIVO

10

866 Kcal. P.: 12 HC.: 42 L.: 42 G.: 7

LENTEJAS A LA RIOJANA
CROQUETAS ARTESANAS DE JAMÓN
ENSALADA DE COL, ZANAHORIA Y MAHONESA
FRUTA

11

562 Kcal. P.: 25 HC.: 43 L.: 29 G.: 7

PURÉ DE VERDURAS
ESTOFADO DE TERNERA JARDINERA CON VERDURITAS
Y PATATAS A DADOS
FRUTA

12

816 Kcal. P.: 20 HC.: 45 L.: 34 G.: 9

GOLFO DE BENGALA: INDIA
ARROZ ESPECIADO ESTILO HINDÚ
POLLO TANDOORI
TOMATE HORNO
GELATINA DE FRESA

13

638 Kcal. P.: 19 HC.: 48 L.: 30 G.: 11

SOPA DE COCIDO
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
MORCILLO, POLLO, CHORIZO, PATATA Y REPOLLO
FRUTA

14

661 Kcal. P.: 18 HC.: 52 L.: 27 G.: 6

ESPAGUETIS (ECOLÓGICO) A LA NAPOLITANA
MERLUZA AL LIMÓN
VERDURAS GRATINADAS
FRUTA

17

670 Kcal. P.: 24 HC.: 27 L.: 46 G.: 11

JUDÍAS VERDES CON JAMÓN
POLLO A LA MIEL
TOMATE CON ORÉGANO
FRUTA

18

623 Kcal. P.: 21 HC.: 54 L.: 23 G.: 4

PAELLA DE CARNE
BACALAO AL HORNO CON TOMATE
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y
MAÍZ
FRUTA

19

665 Kcal. P.: 15 HC.: 35 L.: 48 G.: 16

SOPA DE LETRAS
LOMO A LAS FINAS HIERBAS
PATATAS DADO
FRUTA

20

793 Kcal. P.: 17 HC.: 45 L.: 36 G.: 6

JORNADA FISH REVOLUTION
MACARRONES GRATINADOS CON CHORIZO
MARINO
ABADEJO EN ADOBO
LECHUGA, MAÍZ Y COL LOMBARDA
FRUTA

21

735 Kcal. P.: 18 HC.: 33 L.: 44 G.: 9

PLANT BASED FRIDAYS
ALUBIAS BLANCAS (ECOLÓGICO) GUIADAS CON
SETAS
TORTILLA DE PATATAS
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
YOGUR

24

634 Kcal. P.: 24 HC.: 35 L.: 38 G.: 10

CREMA DE ZANAHORIAS
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO CON ROMERO
FRESCO
ZANAHORIA BABY CARAMELIZADA
FRUTA

25

698 Kcal. P.: 17 HC.: 37 L.: 44 G.: 14

CREMA DE VERDURAS CON CRUJIENTE DE JAMÓN
(ACELGA, CALABACÍN, PUERRO, ZANAHORIA)
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA
GUISANTES Y PATATAS DADO
YOGUR

26

860 Kcal. P.: 10 HC.: 46 L.: 42 G.: 7

ARROZ CON SALSILLA ALLA NORMA (SALSILLA DE
TOMATE Y BERENJENA)
ATÚN ORLY
LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ
FRUTA

27

638 Kcal. P.: 19 HC.: 48 L.: 30 G.: 11

SOPA DE COCIDO
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
MORCILLO, POLLO, CHORIZO, PATATA Y REPOLLO
FRUTA

28

611 Kcal. P.: 19 HC.: 42 L.: 34 G.: 7

PLANT BASED FRIDAYS
LENTEJAS A LA JARDINERA
TORTILLA DE CALABACÍN
ZANAHORIA EN RODAJAS
FRUTA

31

554 Kcal. P.: 21 HC.: 40 L.: 36 G.: 9

CREMA DUBARRY (CREMA DE COLIFLOR Y PATATA)
STROGONOFF DE CERDO Y SETAS
PURÉ DE MANZANA
FRUTA



MERIENDA: FRUTA



MERIENDA: LÁCTEO



MERIENDA: FRUTA



MERIENDA: LÁCTEO



MERIENDA: FRUTA

NOTAS: **Leyenda:** Kcal.: Kilocalorías (Energía) / P: Proteínas / H: Hidratos de Carbono / L: Lípidos / G: ácidos Grasos saturados. Valores de nutrientes expresados en % sobre energía total. Aportes calóricos teóricos calculados para niños/adolescentes de 9 años. Nuestros menús incluyen PAN BLANCO E INTEGRAL y la bebida será AGUA.



Liceo Sorolla International School

C. LICEO SOROLLA-Infantil-1er Turno Primaria

Enero - 2022

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

3

NO LECTIVO

4

NO LECTIVO

5

NO LECTIVO

6

FESTIVO

7

NO LECTIVO

10

LENTEJAS A LA RIOJANA
CROQUETAS ARTESANAS DE JAMÓN
ENSALADA DE COL, ZANAHORIA Y MAHONESA
FRUTA

11

PURÉ DE VERDURAS
ESTOFADO DE TERNERA JARDINERA CON VERDURITAS
Y PATATAS A DADOS
FRUTA

12

GOLFO DE BENGALA: INDIA
ARROZ ESPECIADO ESTILO HINDÚ
POLLO TANDOORI
TOMATE HORNO
GELATINA DE FRESA

13

SOPA DE COCIDO
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
MORCILLO, POLLO, CHORIZO, PATATA Y REPOLLO
FRUTA

14

ESPAGUETIS (ECOLÓGICO) A LA NAPOLITANA
MERLUZA AL LIMÓN
VERDURAS GRATINADAS
FRUTA

17

JUDÍAS VERDES CON JAMÓN
POLLO A LA MIEL
TOMATE CON ORÉGANO
FRUTA

18

PAELLA DE CARNE
BACALAO AL HORNO CON TOMATE
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y
MAÍZ
FRUTA

19

SOPA DE LETRAS
LOMO A LAS FINAS HIERBAS
PATATAS DADO
FRUTA

20

JORNADA FISH REVOLUTION
MACARRONES GRATINADOS CON CHORIZO
MARINO
ABADEJO EN ADOBO
LECHUGA, MAÍZ Y COL LOMBARDA
FRUTA

21

PLANT BASED FRIDAYS
ALUBIAS BLANCAS (ECOLÓGICO) GUISADAS CON
SETAS
TORTILLA DE PATATAS
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
YOGUR

24

CREMA DE ZANAHORIAS
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO CON ROMERO
FRESCO
ZANAHORIA BABY CARAMELIZADA
FRUTA

25

CREMA DE VERDURAS CON CRUJIENTE DE JAMÓN
(ACELGA, CALABACÍN, PUERRO, ZANAHORIA)
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA
GUISANTES Y PATATAS DADO
YOGUR

26

ARROZ CON SALSAS ALLA NORMA (SALSAS DE TOMATE
Y BERENJENA)
ATÚN ORLY
LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ
FRUTA

27

SOPA DE COCIDO
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
MORCILLO, POLLO, CHORIZO, PATATA Y REPOLLO
FRUTA

28

PLANT BASED FRIDAYS
LENTEJAS A LA JARDINERA
TORTILLA DE CALABACÍN
ZANAHORIA EN RODAJAS
FRUTA

31

CREMA DUBARRY (CREMA DE COLIFLOR Y PATATA)
STROGONOFF DE CERDO Y SETAS
PURÉ DE MANZANA
FRUTA



Nuestros menús incluyen PAN BLANCO E INTEGRAL y la bebida será AGUA.

C. LICEO SOROLLA-Infantil-1er Turno Primaria

January - 2022

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

3

4

5

6

7

NO LECTIVO

NO LECTIVO

NO LECTIVO

FESTIVO

NO LECTIVO

10

11

12

13

14

GOLFO DE BENGALA: INDIA

17

18

19

20

21

JORNADA FISH REVOLUTION

PLANT BASED FRIDAYS

24

25

26

27

28

PLANT BASED FRIDAYS

31



Nuestros menús incluyen PAN BLANCO E INTEGRAL y la bebida será AGUA.

Liceo Sorolla



C. LICEO SOROLLA - PROPUESTA DE CENAS

Enero - 2022

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

3

NO LECTIVO

4

NO LECTIVO

5

NO LECTIVO

6

FESTIVO

7

NO LECTIVO

10

ENSALADA CAPRESSE DE TOMATE, QUESO FRESCO Y ACEITE DE ALBAHACA
FILETE DE PAVO A LA PLANCHA
YOGUR

11

CODITOS SALTEADOS
SALMÓN EN SALS
YOGUR

12

GOLFO DE BENGALA: INDIA
CREMA DE VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
FRUTA

13

ENSALADA COMPLETA
CHULETA DE PAVO MARINADA A LA PLANCHA
YOGUR

14

MENESTRA DE VERDURAS
FILETE DE POLLO A LA PLANCHA
YOGUR

17

SOPA DE FIDEOS
TORTILLA DE PATATAS
YOGUR

18

CREMA DE CALABAZA
CONEJO AL AJILLO
YOGUR

19

COLIFLOR REHOGADA CON AJO Y PATATA
PECHUGA DE PAVO EN SALS
YOGUR

20

JORNADA FISH REVOLUTION
ENSALADA DE TOMATE, ESPINACAS Y QUESO FRESCO
JAMONCITOS DE POLLO AL CURRY
YOGUR

21

PLANT BASED FRIDAYS
CREMA DE VERDURAS
LASAÑA VEGETAL DE ESPINACA CON SALS
DE TOMATE Y PARMESANO
FRUTA

24

RISOTTO CON VERDURAS
TRUCHA A LA MEDITERRANEA CON OLIVAS
YOGUR

25

ENSALADA DE PASTA, MAÍZ Y TOMATE
REVUELTO DE MOZZARELLA Y ENELDO
FRUTA

26

CREMA DE PUERROS
PINCHITOS DE PAVO
YOGUR

27

JUDÍAS VERDES CON TOMATE
ALITAS DE POLLO CON PAPAS
YOGUR

28

PLANT BASED FRIDAYS
ENSALADA VARIADA
BACALAO EN SALS
VERDE
YOGUR

31

ENSALADA DE ARROZ
FILETE DE PAVO A LA PLANCHA
YOGUR

