

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

7

8

9

ESPAGUETIS A LA CARBONARA
ENSALADA DE PASTA
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA
HAMBURGUESA 100% TERNERA SOBRE SALSA DE CHAMPIÑONES
GUISANTES Y ZANAHORIA CUBO
FRUTA

LENTEJAS (ECOLÓGICO) ESTOFADAS
GUISANTES ENCEBOLLADOS
TORTILLA DE CALABACÍN
HUEVO REVUELTO CON VERDURAS SALTEADAS
LECHUGA Y PEPINO
FRUTA

PLANT BASED FRIDAYS
ARROZ (ECOLÓGICO) BLANCO CON TOMATE Y ALBAHACA
CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA CON PICATOSTES
PIZZA CON BOLOÑESA VEGETAL DE LEGUMBRETA
ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ Y PEPINO
YOGUR GRIEGO CON BIZCOCHO DE CHOCOLATE

12

13

14

15

16

VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, ZANAHORIA, PATATA)
CREMA DE BRÓCOLI
JAMONCITOS DE POLLO AL LIMÓN
POLLO AL HORNO CON BRESA DE CEBOLLA Y PIMIENTO
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y MAÍZ

ARROZ CON SALSA ALLA NORMA (SALSA DE TOMATE Y BERENJENA)
ARROZ CON SETAS
DADOS DE RAPE A LA JARDINERA
WOK DE DADOS DE RAPE CON VERDURAS Y SALSA DE SOJA
LECHUGA, MAIZ Y MANZANA
FRUTA

TRAMPO DE GARBANZOS CON ATUN, CEBOLLA, PIMIENTO ROJO, PIMIENTO VERDE
GARBANZOS CON TOMATE
SOLOMILLO DE CERDO EN SALSA DE MANZANA
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA
PATATAS DADO
FRUTA

ENSALADA DE PASTA
MACARRONES AL PESTO
FILETE DE ATÚN EMPANADO
ATÚN ENCEBOLLADO
ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA Y ACEITUNAS
FRUTA

PLANT BASED FRIDAYS
CREMA DE GUISANTES CON ACEITE DE HIERBABUENA
PANACHE DE GUISANTES, ZANAHORIA Y JUDIA VERDE
PASTEL DE CARNE VEGETAL CON PARMENTIER DE PATATA
LECHUGA, MAÍZ Y COL LOMBARDA
SMOOTHIE DE PLÁTANO CON YOGUR

19

20

21

22

23

ENSALADILLA OLIVIER (ENSALADILLA, ATÚN, HUEVO, ACEITUNAS Y MAYONESA)
PATATAS GRATINADAS
POLLO EN SALSA
PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y MAÍZ
FRUTA

JUDÍAS VERDES CON JAMÓN A LA PROVENZAL
CREMA DE JUDÍAS VERDES
HAMBURGUESA COMPLETA
ESTOFADO DE TERNERA
LECHUGA, TOMATE Y OLIVAS
FRUTA

LENTEJAS CON VERDURAS
ENSALADA DE LENTEJAS
TORTILLA DE PATATAS
HUEVOS REVUELTOS CON SETAS Y CHAMPIÑÓN
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

ESPAGUETIS A LA CARBONARA DE COLIFLOR
ESPAGUETIS AL AJILLO
FILETE DE MERLUZA CON AJITOS Y CEBOLLA EN SALSA DE TOMATE
FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA
TOMATE Y OLIVAS
FRUTA

PLANT BASED FRIDAYS
RATATOUILLE
PISTO DE CALABAZA, ACEITE DE OLIVA Y ALBAHACA
FAJITAS DE FALAFEL CON SALSA DE YOGUR
TOMATE CON ORÉGANO
CRUMBLE DE MANZANA

26

27

28

29

30

CREMA DE GUISANTES CON PICATOSTES
ALCACHOFAS CON TOMATE
TORTILLA DE ATÚN
QUICHE DE HUEVO Y CALABACÍN
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA RALLADA Y ACEITUNAS
FRUTA

ESPIRALES CON TOMATE Y ALBAHACA
ESPIRALES CON VERDURAS
CONTRAMUSLO DE POLLO AL AJILLO
POLLO A LA MOSTAZA
LECHUGA Y COL LOMBARDA
FRUTA

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON SETAS
ENSALADA DE ALUBIAS
BOQUERÓN ENHARINADO CON AJO Y PEREJIL
FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA
LECHUGA, TOMATE Y OLIVAS
FRUTA

BRÓCOLI CON BECHAMEL
CREMA DE COLIFLOR
SECRETO DE CERDO AL HORNO
FILETE DE CERDO A LA PLANCHA
PATATA PANADERA
VERDURAS ASADAS
FRUTA

PLANT BASED FRIDAYS
CHOP-SUEY VEGETAL CON ARROZ BLANCO
ARROZ AL HORNO
HOT DOG DE SALCHICHA VEGETAL
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y TOMATE
NATILLAS CON CANELA DE CEYLAN

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

C. LICEO SOROLLA

September - 2022

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

12

TRICOLOR VEGETABLES (BROCCOLI, CARROT AND POTATO)
CREAM OF BROCCOLI
LEMON CHICKEN
BAKED CHICKEN WITH ONION AND PEPPER
LETTUCE, TOMATO, CARROTS AND SWEET CORN SALAD
FRUIT

13

RICE WITH NORMA'S SAUCE (TOMATO AND AUBERGINE SAUCE)
RICE WITH MUSHROOMS
DICE OF MONKFISH WITH VEGETABLES
WOK OF MONKFISH DICE WITH VEGETABLES AND SOY SAUCE
LETTUCE, SWEET CORN AND APPLE
FRUIT

14

GARBANZOS "TRAMPO" WITH TUNA, ONION, RED PEPPER, GREEN PEPPER
CHICKPEAS WITH TOMATO
PORK TENDERLOIN IN APPLE SAUCE
GRILLED PORK LOIN SLICES
DICED POTATOES
FRUIT

15

PASTA SALAD
MACARONI WITH PESTO SAUCE
BREADED TUNA FILLET
TUNA FISH WITH ONION
TOMATO SALAD, LETTUCE AND OLIVES
FRUIT

16

PLANT BASED FRIDAYS
CREAM OF PEAS SOUP WITH MINT OIL
PEAS, CARROT AND GREEN BEANS
VEGETABLE MEATLOAF WITH POTATO PARMENTIER
LETTUCE, CORN AND RED CABBAGE
BANANA SMOOTHIE

19

OLIVIER SALAD (POTATOES, CARROTS, PEAS, GREEN BEANS, TUNA, EGGS, OLIVES AND MAYONNAISE)
POTATOES AU GRATIN
CHICKEN IN SAUCE
GRIDDLED TURKEY BREAST
LETTUCE, TOMATO, CARROTS AND SWEET CORN SALAD
FRUIT

20

GREEN BEANS PROVENÇAL WITH HAM
CREAM OF GREEN BEANS SOUP
COMPLETE HAMBURGER
BEEF STEW
LETTUCE, TOMATO AND OLIVES
FRUIT

21

LENTILS WITH VEGETABLES
LENTILS SALAD
SPANISH OMELETTE
SCRAMBLED EGGS WITH MUSHROOMS
LETTUCE AND SHREDDED CARROT
FRUIT

22

SPAGHETTI CARBONARA WITH COLIFLOR
SPAGHETTI WITH GARLIC
HAKE FILLET WITH TOMATO SAUCE, GARLIC AND ONIONS
GRILLED HAKE FILLET
TOMATO AND OLIVES
FRUIT

23

PLANT BASED FRIDAYS
RATATOUILLE
PUMPKIN, OLIVE OIL AND BASIL RATATOUILLE
FALAFEL FAJITAS WITH YOGHURT SAUCE
TOMATO AND OREGANO
APPLE CRUMBLE

26

CREAM OF GREEN PEAS SOUP WITH CROUTONS
ARTICHOKE WITH TOMATO SAUCE
TUNA OMELETTE
EGG AND COURGETTE QUICHE
LETTUCE AND OLIVE SALAD WITH SHREDDED CARROT
FRUIT

27

PASTA WITH TOMATO AND BASIL
PASTA SPIRALS WITH VEGETABLES
CHICKEN THIGH WITH GARLIC
CHICKEN WITH MUSTARD
LETTUCE AND RED CABBAGE
FRUIT

28

WHITE BEANS STEWED WITH MUSHROOMS
BEAN SALAD
FLOURED ANCHOVY WITH GARLIC AND PARSLEY
GRILLED HAKE FILLET
LETTUCE, TOMATO AND OLIVES
FRUIT

29

BROCCOLI WITH BECHAMEL SAUCE
CREAM OF CAULIFLOWER SOUP
GRILLED PORK SECRET
GRILLED PORK STEAK
SLICED POTATOES
ROAST VEGETABLES
FRUIT

30

PLANT BASED FRIDAYS
VEGETAL CHOP SUEY WITH WHITE RICE
SPANISH STYLE ARROZ AL HORNO
HOT DOG OF MEAT FREE SAUSAGES
LETTUCE, TOMATO AND CARROT SALAD
GUSTARD WITH CEYLEN CINNAMON

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

