

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

2

JUDÍAS VERDES CON TOMATE
BRÓCOLI CON PATATAS
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA
MAGRO EN SALSA DE TOMATE
ARROZ INTEGRAL
FRUTA

3

ARROZ A LA CUBANA
ARROZ EN PAELLA CON MAGRO
SALMÓN A LA NARANJA
BOQUERÓN ANDALUZA (ENHARINADO Y FRITO)
LECHUGA Y JUDIA BROTE
FRUTA

4

SOPA DE COCIDO
CALABACÍN A LA PROVENZAL
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO,
POLLO, PATATA Y REPOLLO
LACÓN A LA GALLEGA
REPOLLO
HELADO

5

JORNADA ESTATUA DE LA LIBERTAD
MAC&CHEESE (MACARRONES CON QUESO)
SOPA DE ESTRELLAS
HAMBURGUESA MANHATTAN (De pavo con salsa
gravy)
REDONDO DE PAVO ASADO
LECHUGA, TOMATE Y PEPINILLO
TARTA DE MANZANA

6

PATATAS RIOJANAS GUIADAS CON CHORIZO
CREMA PARMENTIER
CALAMARES A LA ROMANA (REBOZADOS CON
HUEVO Y HARINA)
CALAMARES A LA MARINERA
ENSALADA VARIADA
YOGUR

9

CREMA DE ZANAHORIAS
PISTO
CROQUETAS DE JAMÓN
CROQUETAS ARTESANAS DE POLLO
PURÉ DE PATATAS CASERO
FRUTA

10

ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO
ARROZ CALDOSO CON CALAMARES
HUEVOS FRITOS CON SALCHICHAS DE FRANFURT
PASTEL DE HORTALIZAS CON HUEVO
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y JAMÓN
YORK
FRUTA

11

GARBANZOS ESTOFADOS
GUISANTES CON JAMÓN
FILETE DE MERLUZA ANDALUZA (ENHARINADO Y FRITO)
MERLUZA EN SALSA VERDE
LECHUGA Y CEBOLLA
YOGUR

12

FESTIVO

13

NO LECTIVO

16

PLANT BASED
LENTEJAS GUIADAS CON ZANAHORIAS Y ARROZ
CURRY SUAVE DE LENTEJAS ESTOFADAS
TORTILLA PAISANA
REVUELTO DE LEGUMBRETA CON VERDURAS Y
HUEVO
LECHUGA Y CEBOLLA
FRUTA

17

TALLARINES A LA NAPOLITANA
WOK DE VERDURAS CON TALLARINES
ABADEJO AL HORNO
FILETE DE ABADEJO A LA AMERICANA
ENSALADA COLESLAW
FRUTA

18

CREMA DE VERDURAS CON COSTRONES DE PAN
MENESTRA DE VERDURAS CON JAMÓN
ESCALOPINES DE LOMO ENCEBOLLADOS
COSTILLAS CON SALSA CHIMICHURRI
PATATA ASADA
FRUTA

19

SOPA DE COCIDO CON GARBANZOS
SOPA JULIANA CON VERDURAS
POLLO ASADO CON TOMILLO
POLLO TIKKA MASALA
LECHUGA Y MAÍZ
FRUTA

20

ARROZ CON POLLO Y VERDURAS
ARROZ BRUT CON VERDURAS
BACALAO ORLY
BACALAO AL HORNO CON SALSA ROMESCO
TOMATE ALIÑADO Y JUDÍA BROTE
YOGUR

23

ESPAGUETIS CON PISTOMATE
ESPAGUETIS CON CHORIZO
ALBÓNDIGAS DE TERNERA EN SALSA ESPAÑOLA
ESCALOPINES DE TERNERA EN SALSA CON
VERDURAS
MENESTRA DE VERDURAS
FRUTA

24

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON CHISTORRA
FASOLADA (SOPA DE ALUBIAS BLANCAS GRIEGA)
TORTILLA DE PATATAS
HUEVOS ROTOS CON CALABACIN Y BACON
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA Y MAÍZ
HELADO

25

JORNADA FISH REVOLUTION
ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y
ZANAHORIA)
FISHPIZZA MARINA
FRUTA

26

SOPA DE COCIDO
SOPA CASTELLANA
COCIDO MADRILEÑO
BUTIFARRA DE CERDO AL HORNO
REPOLLO
FRUTA

27

CREMA DE PUERRO Y PATATA
COLIFLOR GRATINADA CON QUESO
POLLO AL HORNO CON TOMATE Y OLIVAS
ALITAS DE POLLO ASADAS A LA BARBACOA
ENSALADA DE LECHUGA Y MANZANA
YOGUR

30

ARROZ MILANESA CON YORK Y QUESO
ARROZ CON SALSA ALLA NORMA (SALSA DE
TOMATE Y BERENJENA)
TORTILLA DE CALABACÍN
HUEVOS FRITOS
LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

31

MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN
CREMA DE CALABAZA Y BONIATO
SALTEADO DE CALABAZA Y ZANAHORIA CON
SESAMO Y ACEITE DE OLIVA
REDONDO DE PAVO ASADO
REDONDO DE PAVO ASADO CON MANZANAS
GELATINA DE FRESA

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



C. LICEO SOROLLA

October - 2023

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

2

GREEN BEANS WITH TOMATO SAUCE
BROCCOLI WITH POTATOES
GRILLED PORK LOIN SLICES
PORK IN TOMATO SAUCE
WHOLE MEAL RICE
FRUIT

3

RICE WITH TOMATO SAUCE AND EGG
PAELLA WITH PORK LOIN
SALMON IN ORANGE SAUCE
ANDALUSIAN STYLE ANCHOVY
LETTUCE AND MUNG BEAN
FRUIT

4

TRADITIONAL SPANISH 'COCIDO' STEW WITH CHICKEN
AND VEGETABLES
COURGETTE PROVENÇAL
CHICKPEAS, MEAT, CHICKEN, POTATO & CABBAGE
STEW
GALICIAN STYLE BOILED PORK
CABBAGE
ICE CREAM

5

JORNADA ESTATUA DE LA LIBERTAD
MAC&CHEESE (MACARONI AND CHEESE)
PASTA STAR SOUP
MANHATTAN HAMBURGER (Turkey with gravy
sauce)
BAKED TURKEY CASSEROLE
LETTUCE, TOMATO AND PICKLED CUCUMBER
APPLE PIE

6

RIOJA STYLE POTATO STEW (WITH CHORIZO SAUSAGE
AND RED PEPPERS)
PARMENTIER CREAM (POTATOES AND ONION)
FRIED SQUID RINGS (BATTERED WITH EGG AND FLOUR)
MARINERA STYLE SQUIDS
MIXED SALAD
YOGHURT

9

CREAM OF CARROTS SOUP
RATATOUILLE
HAM CROQUETTES
HOME- STYLE CHICKEN CROQUETTES
HOMEMADE MASHED POTATOES
FRUIT

10

RICE WITH TOMATO SAUCE Y OREGANO
RICE WITH SQUIDS
FRIED EGGS WITH FRANFURT SAUSAGES
VEGETABLE CAKE WITH EGG
LETTUCE, CARROT AND COOKED HAM SALAD
FRUIT

11

STEWED CHICKPEAS
PEAS WITH HAM
ANDALUSIAN STYLE HAKE FILLET
HAKE IN GREEN SAUCE
LETTUCE AND ONION
YOGHURT

12

FESTIVO

13

NO LECTIVO

16

PLANT BASED
LENTIL AND CARROT STEW WITH RICE
LENTIL CURRY
SPANISH OMELETTE WITH BACON AND TOMATOES
LEGUMBRETA SCRAMBLED WITH VEGETABLES AND
EGGS
LETTUCE AND ONION
FRUIT

17

NAPOLETANAN TAGLIATELLE
TAGLIATELLE AND VEGETABLES WOK
BAKED FISH
POLLOCK FILLET WITH AMERICAN SAUCE
COLESLAW
FRUIT

18

CREAM OF VEGETABLE SOUP WITH CROUTONS
RATATOUILLE WITH HAM
PORK ESCALOPES WITH ONION
RIBS WITH CHIMICHURRI SAUCE
ROAST POTATOES
FRUIT

19

STEW SOUP WITH CHICKPEAS
JULIENNE SOUP
ROAST CHICKEN WITH THYME
TIKKA MASALA CHICKEN
LETTUCE AND SWEETCORN
FRUIT

20

RICE WITH CHICKEND AND VEGETABLES
"BRUT" RICE WITH VEGETABLES
COD ORLY
BAKED COD WITH ROMESCO SAUCE
LETUCCE AND MUNG BEANS
YOGHURT

23

PASTA WITH "PISTOMATE"
SPAGHETTI WITH SAUSAGE
BEEF DUMPLINGS IN SPANISH SAUCE
BEEF STEAK IN SAUCE
MIXED VEGETABLES
FRUIT

24

WHITE BEANS STEWED WITH CHORIZO SAUSAGE
FASOLADA (GREEK WHITE BEAN SOUP)
SPANISH OMELETTE
BROKEN EGGS WITH CALABACIN AND BACON
LETTUCE SALAD WITH BEETROOT AND SWEETCORN
ICE CREAM

25

JORNADA FISH REVOLUTION
CHINESE RICE (CARROT, SWEETCORN AND PEAS)
FISHPIZZA OF THE SEA
FRUIT

26

TRADITIONAL SPANISH 'COCIDO' STEW WITH
CHICKEN AND VEGETABLES
CASTILIAN SOUP
CHICKPEAS, CHICKEN, CARROTS, POTATO &
CABBAGE STEW
BAKED PORK SAUSAGE
CABBAGE
FRUIT

27

CREAM OF LEEK AND POTATO SOUP
CAULIFLOWER AU GRATIN WITH CHEESE
ROAST CHICKEN WITH TOMATO AND OLIVES
CHICKEN WINGS WITH BARBECUE SAUCE
LETTUCE AND APPLE SALAD
YOGHURT

30

MILANESA STYLE RICE WITH COOKED HAM AND
CHEESE
RICE WITH NORMA'S SAUCE (TOMATO AND
AUBERGINE SAUCE)
COURGETTE OMELETTE
FRIED EGGS
LETTUCE AND TOMATO
FRUIT

31

MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN
PUMPKIN AND SWEET POTATO CREAM
SAUTÉED PUMPKIN AND CARROT WITH SESAME AND
OLIVE OIL
BAKED TURKEY CASSEROLE
ROAST ROUND OF TURKEY AND APPLE
STRAWBERRY GELATIN

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

C. LICEO SOROLLA-Infantil-1er Turno Primaria

Octubre - 2023

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

2 639 Kcal. P.: 20 HC.: 41 L.: 36 G.: 11

CREMA DE JUDÍAS VERDES
MAGRO EN SALSA DE TOMATE
ARROZ INTEGRAL
FRUTA

3 925 Kcal. P.: 15 HC.: 38 L.: 46 G.: 8

ARROZ A LA CUBANA
SALMÓN A LA NARANJA
LECHUGA Y JUDIA BROTE
FRUTA

4 671 Kcal. P.: 16 HC.: 47 L.: 34 G.: 11

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

5 907 Kcal. P.: 16 HC.: 49 L.: 33 G.: 7

MACARRONES CON TOMATE
HAMBURGUESA MANHATTAN (De pavo con salsa
gravy)
LECHUGA, TOMATE Y PEPINILLO
TARTA DE MANZANA

6 575 Kcal. P.: 12 HC.: 32 L.: 55 G.: 11

CREMA PARMENTIER
CALAMARES A LA ROMANA (REBOZADOS CON
HUEVO Y HARINA)
ENSALADA VARIADA
YOGUR

9 667 Kcal. P.: 7 HC.: 49 L.: 40 G.: 7

CREMA DE ZANAHORIAS
CROQUETAS DE JAMÓN
PURÉ DE PATATAS CASERO
FRUTA

10 677 Kcal. P.: 11 HC.: 50 L.: 37 G.: 8

ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO
TORTILLA FRANCESA
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y JAMÓN
YORK
FRUTA

11 669 Kcal. P.: 21 HC.: 39 L.: 37 G.: 8

GARBANZOS ESTOFADOS
FILETE DE MERLUZA ANDALUZA (ENHARINADO Y
FRITO)
LECHUGA Y CEBOLLA
YOGUR

12

FESTIVO

13

NO LECTIVO

16 694 Kcal. P.: 14 HC.: 43 L.: 40 G.: 9

PLANT BASED
LENTEJAS GUIADAS CON ZANAHORIAS Y ARROZ
TORTILLA PAISANA
LECHUGA Y CEBOLLA
FRUTA

17 667 Kcal. P.: 19 HC.: 50 L.: 28 G.: 6

TALLARINES A LA NAPOLITANA
ABADEJO AL HORNO
ENSALADA COLESLAW
FRUTA

18 754 Kcal. P.: 13 HC.: 35 L.: 49 G.: 13

CREMA DE VERDURAS CON COSTRONES DE PAN
ESCALOPINES DE LOMO ENCEBOLLADOS
PATATA ASADA
FRUTA

19 701 Kcal. P.: 21 HC.: 40 L.: 36 G.: 9

SOPA DE COCIDO CON GARBANZOS
POLLO ASADO CON TOMILLO
LECHUGA Y MAÍZ
FRUTA

20 880 Kcal. P.: 15 HC.: 42 L.: 43 G.: 8

ARROZ CON POLLO Y VERDURAS
BACALAO ORLY
TOMATE ALIÑADO Y JUDÍA BROTE
YOGUR

23 803 Kcal. P.: 17 HC.: 45 L.: 36 G.: 10

ESPAGUETIS CON TOMATE
ALBÓNDIGAS DE TERNERA EN SALSA ESPAÑOLA
MENESTRA DE VERDURAS
FRUTA

24 753 Kcal. P.: 13 HC.: 34 L.: 50 G.: 13

CREMA DE JUDÍAS BLANCAS
TORTILLA DE PATATAS
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA Y MAÍZ
HELADO

25 608 Kcal. P.: 12 HC.: 66 L.: 21 G.: 7

JORNADA FISH REVOLUTION
ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y
ZANAHORIA)
FISHPIZZA MARINA
FRUTA

26 622 Kcal. P.: 16 HC.: 49 L.: 31 G.: 7

SOPA DE COCIDO
COCIDO MADRILEÑO
REPOLLO
FRUTA

27 742 Kcal. P.: 28 HC.: 22 L.: 48 G.: 12

CREMA DE PUERRO, PATATA Y ZANAHORIA
POLLO AL HORNO CON TOMATE Y OLIVAS
ENSALADA DE LECHUGA Y MANZANA
YOGUR

30 721 Kcal. P.: 12 HC.: 47 L.: 39 G.: 9

ARROZ MILANESA CON YORK Y QUESO
TORTILLA DE CALABACÍN
LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

31 485 Kcal. P.: 26 HC.: 37 L.: 34 G.: 10

MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN
CREMA DE CALABAZA Y BONIATO
REDONDO DE PAVO ASADO CON MANZANAS
YOGUR



NOTAS: **Legenda:** 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/as de 6 a 9 años. Nuestros menús incluyen PAN BLANCO E INTEGRAL y la bebida será AGUA.



International School

LUNES

2 639 Kcal. P.: 20 HC.: 41 L.: 36 G.: 11

CREMA DE JUDÍAS VERDES
MAGRO EN SALSA DE TOMATE
ARROZ INTEGRAL
FRUTA

MARTES

3 925 Kcal. P.: 15 HC.: 38 L.: 46 G.: 8

ARROZ A LA CUBANA
SALMÓN A LA NARANJA
LECHUGA Y JUDIA BROTE
FRUTA

MIÉRCOLES

4 671 Kcal. P.: 16 HC.: 47 L.: 34 G.: 11

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

JUEVES

5 907 Kcal. P.: 16 HC.: 49 L.: 33 G.: 7

MACARRONES CON TOMATE
HAMBURGUESA MANHATTAN (De pavo con salsa
gravy)
LECHUGA, TOMATE Y PEPINILLO
TARTA DE MANZANA

VIERNES

6 575 Kcal. P.: 12 HC.: 32 L.: 55 G.: 11

CREMA PARMENTIER
CALAMARES A LA ROMANA (REBOZADOS CON
HUEVO Y HARINA)
ENSALADA VARIADA
YOGUR

9 667 Kcal. P.: 7 HC.: 49 L.: 40 G.: 7

CREMA DE ZANAHORIAS
CROQUETAS DE JAMÓN
PURÉ DE PATATAS CASERO
FRUTA

10 677 Kcal. P.: 11 HC.: 50 L.: 37 G.: 8

ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO
TORTILLA FRANCESA
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y JAMÓN
YORK
FRUTA

11 669 Kcal. P.: 21 HC.: 39 L.: 37 G.: 8

GARBANZOS ESTOFADOS
FILETE DE MERLUZA ANDALUZA (ENHARINADO Y
FRITO)
LECHUGA Y CEBOLLA
YOGUR

12

FESTIVO

13

NO LECTIVO

16 694 Kcal. P.: 14 HC.: 43 L.: 40 G.: 9

PLANT BASED
LENTEJAS GUIADAS CON ZANAHORIAS Y ARROZ
TORTILLA PAISANA
LECHUGA Y CEBOLLA
FRUTA

17 667 Kcal. P.: 19 HC.: 50 L.: 28 G.: 6

TALLARINES A LA NAPOLITANA
ABADEJO AL HORNO
ENSALADA COLESLAW
FRUTA

18 754 Kcal. P.: 13 HC.: 35 L.: 49 G.: 13

CREMA DE VERDURAS CON COSTRONES DE PAN
ESCALOPINES DE LOMO ENCEBOLLADOS
PATATA ASADA
FRUTA

19 701 Kcal. P.: 21 HC.: 40 L.: 36 G.: 9

SOPA DE COCIDO CON GARBANZOS
POLLO ASADO CON TOMILLO
LECHUGA Y MAÍZ
FRUTA

20 880 Kcal. P.: 15 HC.: 42 L.: 43 G.: 8

ARROZ CON POLLO Y VERDURAS
BACALAO ORLY
TOMATE ALIÑADO Y JUDÍA BROTE
YOGUR

23 803 Kcal. P.: 17 HC.: 45 L.: 36 G.: 10

ESPAGUETIS CON TOMATE
ALBÓNDIGAS DE TERNERA EN SALSA ESPAÑOLA
MENESTRA DE VERDURAS
FRUTA

24 753 Kcal. P.: 13 HC.: 34 L.: 50 G.: 13

CREMA DE JUDÍAS BLANCAS
TORTILLA DE PATATAS
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA Y MAÍZ
HELADO

25 608 Kcal. P.: 12 HC.: 66 L.: 21 G.: 7

JORNADA FISH REVOLUTION
ARROZ TRES DELICIAS (CON GUIANTES, MAÍZ Y
ZANAHORIA)
FISHPIZZA MARINA
FRUTA

26 622 Kcal. P.: 16 HC.: 49 L.: 31 G.: 7

SOPA DE COCIDO
COCIDO MADRILEÑO
REPOLLO
FRUTA

27 742 Kcal. P.: 28 HC.: 22 L.: 48 G.: 12

CREMA DE PUERRO, PATATA Y ZANAHORIA
POLLO AL HORNO CON TOMATE Y OLIVAS
ENSALADA DE LECHUGA Y MANZANA
YOGUR

30 721 Kcal. P.: 12 HC.: 47 L.: 39 G.: 9

ARROZ MILANESA CON YORK Y QUESO
TORTILLA DE CALABACÍN
LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

31 485 Kcal. P.: 26 HC.: 37 L.: 34 G.: 10

MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN
CREMA DE CALABAZA Y BONIATO
REDONDO DE PAVO ASADO CON MANZANAS
YOGUR



MERIENDA: FRUTA



MERIENDA: LÁCTEO



MERIENDA: FRUTA



MERIENDA: LÁCTEO



Liceo Sorolla International School
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 de 3 años a 9 años. Nuestros menús incluyen PAN BLANCO E INTEGRAL y la bebida será AGUA.

C. LICEO SOROLLA – ALERGIAS E INTOLERANCIAS

Octubre - 2023

LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
	Arroz con tomate Pollo al horno	Sopa pasta especial Fruta o postre vegetal Calabacín / Lacón Sopa pasta especial	Pasta especial / Postre especial Pasta especial / Postre especial	Ternera Fruta o postre vegetal
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
Pollo al horno Pollo al horno Pollo al horno Pollo al horno	Salchichas de Frankfurt Arroz con tomate	Cinta de lomo Fruta o postre vegetal Verdura o puré de verdura	FESTIVO	NO LECTIVO
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
Ternera Verdura o puré de verdura	Pasta especial Hamburguesa de pavo Pasta especial		Sopa Juliana con verdura Sopa Juliana con verdura Sopa Juliana con verdura	Ternera Fruta o postre vegetal
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
Pasta especial Pasta especial	Cinta de lomo Verdura o puré de verdura	Arroz con verdura Salchichas de Frankfurt	Sopa de pasta especial Sopa / Butifarra de cerdo Sopa de pasta especial	Fruta o postre vegetal

CÓDIGO DE COLORES

-  Alergia al huevo
-  Alergia al pescado *
-  Alergia a la leche
-  Alergia a las legumbres
-  Alergia a los frutos secos
-  Alergia al gluten

* AZUCAR ,FRUCTOSA: se elimina o sustituye por otros alimentos

* CERDO: Se elimina y sustituye por otros alimentos

* PESCADO: Se elimina todo tipo de pescado y marisco

* MARISCO: No se elimina el pescado salvo que la familia indique lo contrario

* PESCADO ESPECÍFICO: se sustituye por otro tipo de pescado