

C. LICEO SOROLLA

Septiembre - 2024

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

8

9

10

11

12

ARROZ A LA MEXICANA
ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO
CROQUETAS DE JAMÓN
CROQUETAS DE ESPINACAS
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y MAÍZ
FRUTA

16

CREMA DE VERDURAS
MENESTRA DE VERDURAS CON JAMÓN
ALBÓNDIGAS DE TERNERA EN SALSA DE TOMATE
RAGOUT DE TERNERA
FRUTA

17

ESPIRALES CON SALSA DE CALABACÍN
ENSALADA DE PASTA A LA GRIEGA
ABADEJO EN ADOBO
TEMPURA CRUJIENTE DE ABADEJO
TOMATE Y MAÍZ
FRUTA

18

JUDÍAS VERDES CON ACEITE DE ROMERO
ENSALADA LIÉGEOISE (LECHUGA, JUDÍA VERDE,
PATATA, BACÓN)
LOMO ASADO AL ESTILO DE LA FRONTERA
LOMO A LA PIMIENTA VERDE
COUS COUS
FRUTA

19

LENTEJAS CON CHORIZO
ENSALADA DE LENTEJAS CON JULIANA DE
VERDURAS Y VINAGRETA DE JAMÓN
TORTILLA DE PATATAS
HUEVOS CON SALSA DE MAHONESA, TOMATE Y
ATÚN
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y
MAÍZ

20

CREMA DE ZANAHORIAS
ENSALADILLA OLIVIER (CON HUEVO DURO, ATÚN Y
MAHONESA)
POLLO AL AJILLO
WOK DE POLLO CON VERDURAS
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
YOGUR

23

BRÓCOLI AL ESTILO CAJÚN
VICHYSOISE DE PERA CON BROCOLI Y CRUMBLE
DE PAN DE CENTENO Y ALMENDRAS
HAMBURGUESA 100% TERNERA EN SALSA
CANELONES CON BECHAMEL Y QUESO
ENSALADA VERDE
FRUTA

24

GARBANZOS CON VERDURAS
CREMA DE GARBANZOS Y COLIFLOR
REVUELTO DE PATATAS CON PAVO
HUEVOS ROTOS, PATATAS Y SALCHICHAS
LECHUGA Y MAÍZ
FRUTA

25

MACARRONES A LA ITALIANA
MACARRONES AL PESTO
SALMÓN AL HORNO CON SALSA TERIYAKI Y SÉSAMO
SALMÓN CON BECHAMEL SUAVE AL HORNO
LECHUGA Y PEPINO
FRUTA

26

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS
ENSALADA DE ALUBIAS
SOLOMILLO DE POLLO EN SALSA DE MOSTAZA
SOLOMILLO DE POLLO A LA FRANCESA
LECHUGA Y CEBOLLA
FRUTA

27

PAELLA DE VERDURAS
ENSALADILLA DE ARROZ
MERLUZA A LA MALLORQUINA
MERLUZA AL HORNO CON ACEITE Y PIMENTÓN
LECHUGA, MAÍZ Y ZANAHORIA
HELADO

30

LAZOS CON TOMATE Y CHORIZO
FIDEUA DE SETAS
POLLO AL ESTILO POLINESIO
ALITAS DE POLLO ASADAS A LA BARBACOA
LECHUGA Y CEBOLLA
FRUTA

31

LENTEJAS A LA JARDINERA
LENTEJAS A LA CARBONARA
SAN JACOBO DE PAVO Y QUESO AL HORNO
ROLLITOS DE PRIMAVERA CON SALSA DE SOJA
TOMATE Y MAÍZ
FRUTA

1

ARROZ A LA NAPOLITANA
ARROZ A LA JARDINERA CON GUIANTES, ZANAHORIA
Y JUDÍA VERDE
TORTILLA DE ATÚN
QUICHE DE PUERRO Y SALMÓN
LECHUGA Y JUDIA BROTE
FRUTA

2

SOPA DE COCIDO
ENSALADA DE COUS COUS CON VERDURAS
COCIDO MADRILEÑO
GARBANZOS A LA BOLOÑESA
REPOLLO
FRUTA

3

JORNADA FISH REVOLUTION
CREMA DE PUERROS, ACELGAS Y CEBOLLA
PISTO
FISH LASAÑA
FILETE DE MERLUZA AL HORNO
YOGUR

4

PATATAS RIOJANAS GUISADAS CON CHORIZO
ENSALADA ALEMANA
SOLOMILLO DE CERDO EN SALSA DE MANZANA
SOLOMILLO DE CERDO CON SALSA DEMIGLACE
LECHUGA Y PEPINILLO
FRUTA

5

6

7

8



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

C. LICEO SOROLLA

September - 2024

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

6

7

8

9

10

MEXICAN RICE
RICE WITH TOMATO SAUCE Y OREGANO
HAM CROQUETTES
SPINACH CROQUETTES
GRATED CARROT, OLIVES AND SWEETCORN
FRUIT

11

12

13

14

15

VEGETABLE CREAM
RATATOUILLE WITH HAM
VEAL MEATBALLS WITH TOMATO SAUCE
BEEF RAGOUT
FRUIT

PASTA WITH ZUCCHINI SAUCE
GREEK PASTA SALAD
MARINATED FISH
CRISPY TEMPURA OF POLLOCK
TOMATO AND SWEETCORN
FRUIT

GREEN BEANS WITH ROSEMARY OIL
LIÉGEOISE SALAD (LETTUCE, GREEN BEAN, POTATO,
BACON)
BORDER-STYLE ROAST LOIN
LOIN PORK IN GREEN PEPPER SAUCE
COUS COUS
FRUIT

SAUSAGE AND LENTIL STEW
LENTIL SALAD WITH JULIENNE VEGETABLES AND
HAM VINAIGRETTE
SPANISH OMELETTE
EGGS WITH MAYONNAISE, TOMATO AND TUNA
SAUCE
LETTUCE, TOMATO, CARROTS AND SWEET CORN
SALAD
FRUIT

CREAM OF CARROTS SOUP
OLIVIER SALAD(WITH HARD BOILED EGG, TUNA AND
MAYONNAISE)
GARLIC CHICKEN
CHICKEN AND VEGETABLE WOK
LETTUCE AND TOMATO SALAD
YOGHURT

16

17

18

19

20

CAJUN STYLE BROCCOLI
PEAR VICHYSOISE WITH BROCOLI AND CRUMBLE
OF RYE BREAD AND ALMONDS
100% BEEF BURGER IN SAUCE
CANNELONI WITH BECHAMEL AND CHEESE
GREEN SALAD
FRUIT

CHICKPEAS WITH VEGETABLES
CHICKPEA AND CAULIFLOWER CREAM
SCRAMBLED EGGS WITH POTATOES AND TURKEY
BROKEN EGGS, POTATOES AND SAUSAGES
LETTUCE AND SWEETCORN
FRUIT

ITALIAN MACARONI
MACARONI WITH PESTO SAUCE
BAKED SALMON WITH TERIYAKI SAUCE AND SESAME
SALMON IN DELICATE BECHAMEL SAUCE
LETTUCE AND CUCUMBER
FRUIT

HARICOT BEANS WITH VEGETABLES
BEAN SALAD
CHICKEN TENDERLOIN IN MUSTARD SAUCE
FRENCH CHICKEN FILET
LETTUCE AND ONION
FRUIT

PAELLA WITH VEGETABLES
RICE SALAD
HAKE IN THE MALLORCAN STYLE
OVEN-COOKED HAKE WITH OLIVE OIL AND PAPRIKA
LETTUCE, SWEETCORN AND CARROTS
ICE CREAM

21

22

23

24

25

PASTA WITH TOMATO SAUCE AND SAUSAGE
FIDEUA WITH MUSHROOMS
POLYNESIAN CHICKEN
CHICKEN WINGS WITH BARBECUE SAUCE
LETTUCE AND ONION
FRUIT

VEGETABLE LENTILS
LENTILS CARBONARA
TURKEY & CHEESE "SAN JACOBO" OF BAKED
CHINESE SPRING ROLLS WITH SOY SAUCE
TOMATO AND SWEETCORN
FRUIT

NAPOLITANA RICE
RICE WITH VEGETABLES (PEAS, CARROT AND GREEN
BEANS)
TUNA OMELETTE
LEEK AND SALMON QUICHE
LETTUCE AND MUNG BEAN
FRUIT

TRADITIONAL SPANISH 'COCIDO' STEW WITH
CHICKEN AND VEGETABLES
VEGETABLE AND COUS COUS SALAD
CHICKPEAS, CHICKEN, CARROTS, POTATO &
CABBAGE STEW
CHICKPEA BOLOGNESE
CABBAGE
FRUIT

JORNADA FISH REVOLUTION
LEEK, SWISS CHARD AND ONION SOUP
RATATOUILLE
FISH LASAGNA
BAKED HAKE FILLET
YOGHURT

26

27

28

29

30

RIOJA STYLE POTATO STEW (WITH CHORIZO
SAUSAGE AND RED PEPPERS)
GERMAN SALAD
PORK TENDERLOIN IN APPLE SAUCE
PORK TENDERLOIN WITH DEMIGLACE SAUCE
LETTUCE AND PICKLED CUCUMBER
FRUIT

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

C. LICEO SOROLLA - Guardería

Septiembre - 2024

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

8

9

10

11

12

9

10

11

12

13

16

17

18

19

20

23

24

25

26

27

30

824 Kcal. P.: 7 HC.: 56 L.: 35 G.: 5

ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO
CROQUETAS DE JAMÓN
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y MAÍZ
FRUTA

556 Kcal. P.: 14 HC.: 38 L.: 45 G.: 13

CREMA DE VERDURAS
ALBÓNDIGAS DE TERNERA EN SALSA DE TOMATE
FRUTA

769 Kcal. P.: 17 HC.: 47 L.: 34 G.: 5

ESPIRALES CON TOMATE
TEMPURA CRUJIENTE DE ABADEJO
TOMATE Y MAÍZ
FRUTA

743 Kcal. P.: 13 HC.: 34 L.: 50 G.: 15

JUDÍAS VERDES CON ACEITE DE ROMERO
LOMO ASADO AL ESTILO DE LA FRONTERA
COUS COUS
FRUTA

965 Kcal. P.: 19 HC.: 30 L.: 48 G.: 10

LENTEJAS CON CHORIZO
TORTILLA DE PATATAS
HUEVOS CON SALSA DE MAHONESA, TOMATE Y ATÚN
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y MAÍZ
FRUITA

562 Kcal. P.: 23 HC.: 27 L.: 49 G.: 13

CREMA DE ZANAHORIAS
POLLO AL AJILLO
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
YOGUR

577 Kcal. P.: 14 HC.: 35 L.: 48 G.: 14

CREMA DE BRÓCOLI
HAMBURGUESA 100% TERNERA EN SALSA
ENSALADA VERDE
FRUTA

782 Kcal. P.: 16 HC.: 46 L.: 33 G.: 6

GARBANZOS CON VERDURAS
REVUELTO DE PATATAS CON PAVO
LECHUGA Y MAÍZ
FRUTA

725 Kcal. P.: 18 HC.: 43 L.: 36 G.: 6

MACARRONES A LA ITALIANA
SALMÓN AL HORNO
LECHUGA Y PEPINO
FRUTA

635 Kcal. P.: 24 HC.: 38 L.: 32 G.: 6

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS
SOLOMILLO DE POLLO EN SALSA DE MOSTAZA
LECHUGA Y CEBOLLA
FRUTA

753 Kcal. P.: 15 HC.: 55 L.: 29 G.: 8

PAELLA DE VERDURAS
MERLUZA A LA MALLORQUINA
LECHUGA, MAÍZ Y ZANAHORIA
HELADO

779 Kcal. P.: 19 HC.: 42 L.: 37 G.: 12

LAZOS CON TOMATE Y CHORIZO
POLLO AL ESTILO POLINESIO
LECHUGA Y CEBOLLA
FRUTA

714 Kcal. P.: 13 HC.: 48 L.: 34 G.: 6

LENTEJAS A LA JARDINERA
SAN JACOBO DE PAVO Y QUESO AL HORNO
TOMATE Y MAÍZ
FRUTA

657 Kcal. P.: 15 HC.: 50 L.: 33 G.: 7

ARROZ A LA NAPOLITANA
TORTILLA DE ATÚN
LECHUGA Y JUDIA BROTE
FRUTA

618 Kcal. P.: 16 HC.: 50 L.: 30 G.: 7

SOPA DE COCIDO
COCIDO MADRILEÑO
REPOLLO
FRUTA

629 Kcal. P.: 20 HC.: 34 L.: 44 G.: 11

JORNADA FISH REVOLUTION
CREMA DE PUERROS, ACELGAS Y CEBOLLA
FISH LASAÑA
YOGUR

590 Kcal. P.: 20 HC.: 41 L.: 36 G.: 9

PATATAS RIOJANAS GUIADAS CON CHORIZO
SOLOMILLO DE CERDO EN SALSA DE MANZANA
LECHUGA Y PEPINILLO
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 de 3 años. Nuestros menús incluyen PAN BLANCO E INTEGRAL y la bebida será AGUA.



C. LICEO SOROLLA-Infantil-1er Turno Primaria

Septiembre - 2024

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

8

9

10

11

6

824 Kcal. P.: 7 HC.: 56 L.: 35 G.: 5

ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO
CROQUETAS DE JAMÓN
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y MAÍZ
FRUTA

9 556 Kcal. P.: 14 HC.: 38 L.: 45 G.: 13

10 769 Kcal. P.: 17 HC.: 47 L.: 34 G.: 5

11 743 Kcal. P.: 13 HC.: 34 L.: 50 G.: 15

12 965 Kcal. P.: 19 HC.: 30 L.: 48 G.: 10

13 562 Kcal. P.: 23 HC.: 27 L.: 49 G.: 13

CREMA DE VERDURAS
ALBÓNDIGAS DE TERNERA EN SALSAS DE TOMATE
FRUTA

ESPIRALES CON TOMATE
TEMPURA CRUJIENTE DE ABADEJO
TOMATE Y MAÍZ
FRUTA

JUDÍAS VERDES CON ACEITE DE ROMERO
LOMO ASADO AL ESTILO DE LA FRONTERA
COUS COUS
FRUTA

LENTEJAS CON CHORIZO
TORTILLA DE PATATAS
HUEVOS CON SALSAS DE MAHONESA, TOMATE Y ATÚN
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y MAÍZ
FRUTA

CREMA DE ZANAHORIAS
POLLO AL AJILLO
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
YOGUR

16 577 Kcal. P.: 14 HC.: 35 L.: 48 G.: 14

17 782 Kcal. P.: 16 HC.: 46 L.: 33 G.: 6

18 725 Kcal. P.: 18 HC.: 43 L.: 36 G.: 6

19 635 Kcal. P.: 24 HC.: 38 L.: 32 G.: 6

20 753 Kcal. P.: 15 HC.: 55 L.: 29 G.: 8

CREMA DE BRÓCOLI
HAMBURGUESA 100% TERNERA EN SALSAS
ENSALADA VERDE
FRUTA

GARBANZOS CON VERDURAS
REVUELTO DE PATATAS CON PAVO
LECHUGA Y MAÍZ
FRUTA

MACARRONES A LA ITALIANA
SALMÓN AL HORNO
LECHUGA Y PEPINO
FRUTA

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS
SOLOMILLO DE POLLO EN SALSAS DE MOSTAZA
LECHUGA Y CEBOLLA
FRUTA

PAELLA DE VERDURAS
MERLUZA A LA MALLORQUINA
LECHUGA, MAÍZ Y ZANAHORIA
HELADO

23 779 Kcal. P.: 19 HC.: 42 L.: 37 G.: 12

24 714 Kcal. P.: 13 HC.: 48 L.: 34 G.: 6

25 657 Kcal. P.: 15 HC.: 50 L.: 33 G.: 7

26 618 Kcal. P.: 16 HC.: 50 L.: 30 G.: 7

27 629 Kcal. P.: 20 HC.: 34 L.: 44 G.: 11

LAZOS CON TOMATE Y CHORIZO
POLLO AL ESTILO POLINESIO
LECHUGA Y CEBOLLA
FRUTA

LENTEJAS A LA JARDINERA
SAN JACOBO DE PAVO Y QUESO AL HORNO
TOMATE Y MAÍZ
FRUTA

ARROZ A LA NAPOLITANA
TORTILLA DE ATÚN
LECHUGA Y JUDIA BROTE
FRUTA

SOPA DE COCIDO
COCIDO MADRILEÑO
REPOLLO
FRUTA

JORNADA FISH REVOLUTION
CREMA DE PUERROS, ACELGAS Y CEBOLLA
FISH LASAÑA
YOGUR

30 590 Kcal. P.: 20 HC.: 41 L.: 36 G.: 9

31

1

2

3

PATATAS RIOJANAS GUIADAS CON CHORIZO
SOLOMILLO DE CERDO EN SALSAS DE MANZANA
LECHUGA Y PEPINILLO
FRUTA

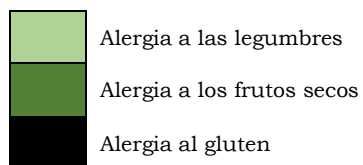
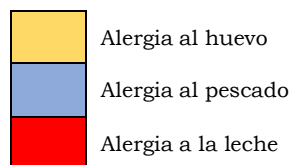


NOTAS: **Legenda:** Kcal.: Kilocalorías (Energía) / P: Proteínas / H: Hidratos de Carbono / L: Lípidos / G: ácidos Grasos saturados. Valores de nutrientes expresados en % sobre energía total. Aportes calóricos teóricos calculados para niños/as de 6 a 9 años. Nuestros menús incluyen PAN BLANCO E INTEGRAL y la bebida será AGUA.



International School

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes 6	
									Burger pavo
									Burger pavo
									Burger pavo
									Burger pavo
									Burger pavo
									Burger pavo
Lunes 9		Martes 10		Miércoles 11		Jueves 12		Viernes 13	
			Pasta s/g				Lacon a la gallega		ensalada s/huevo s/ mayo
			Rollitos de primavera				Tortilla española		Ensalada s/atun
			Pasta c/ tomate		Lomo asado				
	Crema de verduras								
			Pasta s/g				Crema de verduras		Pollo asado
Lunes 16		Martes 17		Miércoles 18		Jueves 19		Viernes 20	
	Burger ternera		Cinta de sajonia		Pasta s/g				Paella verduras
	Burger ternera				Filete de ternera				Filete de pollo
	Burger ternera				Macarrones c/tomate/salmon horno				
	Burger ternera		Crema de verduras				Crema de verduras		
	Burger ternera				Pasta s/g / salmon horno				
	Burger ternera								
Lunes 23		Martes 24		Miércoles 25		Jueves 26		Viernes 27	
	Pasta s/g		Rollito de primavera				Sopa s/g		Merluza horno
			Lentejas jardinera / rollito primavera		Tortilla francesa				Chuleta de pavo
					Arroz napolitana / tortilla francesa				Merluza horno
			Crema de verduras		arroz napolitana		Sopa s/legumbre / Cocido s/garbanzo		Merluza horno
					Tortilla francesa				Merluza horno
	Pasta s/g		Crema de verduras / cinta de lomo		Tortilla francesa		Sopa s/g		Merluza horno
Lunes 30		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
	Patatas a la riojana								



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

* **CERDO:** se elimina o 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 ESPECIFICO:** se sustituye por otro tipo de pescado