



# 50 ANIVERSARIO

## CENTRO LICEO LA PAZ

Buscando y creando lo mejor de ti

### SERVICIO DE MEDIA PENSIÓN

Menús también disponibles en nuestra web: [www.liceolapaz.com](http://www.liceolapaz.com)

**Nuestro servicio de comedor dispone de menús adaptados a los alumnos con necesidades alimenticias especiales.**

#### CONSEJO DEL MES DE ABRIL

El pescado, debido a su contenido en ácidos grasos omega 3, es muy importante en la alimentación. Entre otros aspectos, mejora la agudeza visual, lo cual está asociado a una mayor habilidad cognitiva para integrar la información.

Se recomienda comer al menos dos raciones semanales. Se debe variar su forma de preparación y presentación, para que así resulte más atractivo su consumo en los niños.

#### Idea para la cena:

Albóndigas de pescado con ensalada variada y patata. Las albóndigas se realizarán con sobras de pescado, pan, leche, huevo y perejil.

#### Os recomendamos:

<https://medlineplus.gov/spanish/ency/patientinstructions/000767.htm>

Dra. M<sup>º</sup> del Pilar Carballo González  
Profesora del Ciclo Formativo Superior de Dietética.



LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
<p><b>LUNES DE PASCUA</b></p>		<p><b>MEDIA MAÑANA</b></p> <p>· Barrita de cereales</p> <p><b>COMIDA</b></p> <p>· Caldo gallego</p> <p>· Milanesa de pavo c/patatas</p> <p>· Fruta de temporada</p> <p><b>MERIENDA</b></p> <p>· Bocado de mortadela</p>	<p><b>MEDIA MAÑANA</b></p> <p>· Yogur bebible</p> <p><b>COMIDA</b></p> <p>· Sopa de ave con estrellas</p> <p>· Raxo de pollo c/ setas en salsa y arroz</p> <p>· Pera</p> <p><b>MERIENDA</b></p> <p>· Bocado de Nocilla</p>	<p><b>MEDIA MAÑANA</b></p> <p>· Plátano</p> <p><b>COMIDA</b></p> <p>· Garbanzos c/ migas de bacalao</p> <p>· Tortilla española c/ ensalada</p> <p>· Natillas caseras con barquillo</p> <p><b>MERIENDA</b></p> <p>· Bocado de queso</p>	<p><b>MEDIA MAÑANA</b></p> <p>· Fruta de temporada</p> <p><b>COMIDA</b></p> <p>· Ensaladilla de pasta, tropical</p> <p>· Jamón asado c/ salsa de champiñones</p> <p>· Yogur natural</p> <p><b>MERIENDA</b></p> <p>· Bocado de chocolate</p>				
<p><b>MEDIA MAÑANA</b></p> <p>· SEMANA DE LA FRUTA</p> <p><b>COMIDA</b></p> <p>· Ensaladilla rusa</p> <p>· San Jacobo con ensalada</p> <p>· Manzana</p> <p><b>MERIENDA</b></p> <p>· Bocado de chorizo</p>	<p><b>MEDIA MAÑANA</b></p> <p>· SEMANA DE LA FRUTA</p> <p><b>COMIDA</b></p> <p>· Macarrones a la bolognesa</p> <p>· Merluza a la romana c/ ens.</p> <p>· Batido de sandía, tomate y fresa</p> <p><b>MERIENDA</b></p> <p>· Bocado de jamón cocido</p>	<p><b>MEDIA MAÑANA</b></p> <p>· SEMANA DE LA FRUTA</p> <p><b>COMIDA</b></p> <p>· Estofado de lentejas</p> <p>· Tortilla española c/ jamón y ens.</p> <p>· Fruta de temporada</p> <p><b>MERIENDA</b></p> <p>· Bocado de Nocilla</p>	<p><b>MEDIA MAÑANA</b></p> <p>· SEMANA DE LA FRUTA</p> <p><b>COMIDA</b></p> <p>· Crema Vichy con picatostes</p> <p>· Pavo a la plancha con patatas</p> <p>· Plátano</p> <p><b>MERIENDA</b></p> <p>· Bocado de salchichón</p>	<p><b>MEDIA MAÑANA</b></p> <p>· SEMANA DE LA FRUTA</p> <p><b>COMIDA</b></p> <p>· Hojaldre de espinacas c/ queso</p> <p>· Calamares en su tinta con arroz</p> <p>· Flan casero</p> <p><b>MERIENDA</b></p> <p>· Bocado de chocolate blanco</p>					
<p><b>MEDIA MAÑANA</b></p> <p>· SEMANA DE LA FRUTA</p> <p><b>COMIDA</b></p> <p>· Arroz tres delicias</p> <p>· Nuggets c/ ens, maíz y aceitunas</p> <p>· Yogur natural o helado</p> <p><b>MERIENDA</b></p> <p>· Bocado de queso</p>	<p><b>MEDIA MAÑANA</b></p> <p>· SEMANA DE LA FRUTA</p> <p><b>COMIDA</b></p> <p>· Sopa de letras</p> <p>· Ternera guisada con patatas</p> <p>· Plátano</p> <p><b>MERIENDA</b></p> <p>· Bocado de chopped</p>	<p><b>MEDIA MAÑANA</b></p> <p>· SEMANA DE LA FRUTA</p> <p><b>COMIDA</b></p> <p>· Fabada asturiana</p> <p>· Bacalao al horno con panadera</p> <p>· Gelatina de limón</p> <p><b>MERIENDA</b></p> <p>· Bocado de paté de atún</p>	<p><b>MEDIA MAÑANA</b></p> <p>· SEMANA DE LA FRUTA</p> <p><b>COMIDA</b></p> <p>· Caldo gallego</p> <p>· Zorza con patatas</p> <p>· Fruta de temporada</p> <p><b>MERIENDA</b></p> <p>· Bocado de jamón cocido</p>	<p><b>MEDIA MAÑANA</b></p> <p>· SEMANA DE LA FRUTA</p> <p><b>COMIDA</b></p> <p>· Empanada gallega de atún</p> <p>· Tortilla española con ensalada</p> <p>· Mix de frutas</p> <p><b>MERIENDA</b></p> <p>· Bocado de chocolate</p>					
<p><b>MEDIA MAÑANA</b></p> <p>· Fruta de temporada</p> <p><b>COMIDA</b></p> <p>· Arroz a la portuguesa</p> <p>· Ragú de carne con verduras</p> <p>· Plátano</p> <p><b>MERIENDA</b></p> <p>· Bocado de salchichón</p>	<p><b>MEDIA MAÑANA</b></p> <p>· Barrita de cereales</p> <p><b>COMIDA</b></p> <p>· Ensaladilla de pasta, campera</p> <p>· Abadejo romana c/ guarnición</p> <p>· Fruta de temporada</p> <p><b>MERIENDA</b></p> <p>· Bocado de chorizo</p>	<p><b>MEDIA MAÑANA</b></p> <p>· Yogur bebible</p> <p><b>COMIDA</b></p> <p>· Callos a la gallega</p> <p>· Tortilla española con ensalada</p> <p>· Helado</p> <p><b>MERIENDA</b></p> <p>· Bocado de Nocilla</p>	<p><b>MEDIA MAÑANA</b></p> <p>· Fruta de temporada</p> <p><b>COMIDA</b></p> <p>· Espirales al ajillo con gambas</p> <p>· Pollo asado con chips</p> <p>· Yogur de fresa</p> <p><b>MERIENDA</b></p> <p>· Bocado de mortadela</p>	<p><b>MEDIA MAÑANA</b></p> <p>· Fruta de temporada</p> <p><b>COMIDA</b></p> <p>· Crema de zanahorias</p> <p>· Albóndigas con arroz y tomate</p> <p>· Yogur bebible</p> <p><b>MERIENDA</b></p> <p>· Bocado de chocolate blanco</p>					
<p><b>MEDIA MAÑANA</b></p> <p>· Barrita de cereales</p> <p><b>COMIDA</b></p> <p>· Sopa juliana</p> <p>· Pechuga de pollo con ensalada</p> <p>· Pera</p> <p><b>MERIENDA</b></p> <p>· Bocado de chorizo</p>									