

## 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 SEPTIEMBRE

Con la llegada del mes de septiembre se inicia el curso escolar y, con ello, casi diez meses de contacto permanente con sus hijos.

Nuestro esfuerzo está orientado a desarrollar en sus hijos hábitos de vida sana y saludable, incidiendo en la adaptación del niño a los diferentes alimentos, para garantizar una nutrición que favorezca su crecimiento y desarrollo. Asimismo, se trabajará la autonomía personal y social en la mesa.

Para ello, los profesionales del comedor escolar del Centro Liceo la Paz tenemos la formación específica desarrollando con las máximas garantías el trabajo de cada día, convirtiendo el comedor en la prolongación del espacio educacional.

Desde el Servicio de Comedor les damos la bienvenida y nos ponemos a su disposición.

#### **Os recomendamos:**

[https://www.edu.xunta.es/ftpserver/portal/menu/pdf/04\\_nutricion\\_idad\\_e\\_escolar.pdf](https://www.edu.xunta.es/ftpserver/portal/menu/pdf/04_nutricion_idad_e_escolar.pdf)

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



## LUNES

## MARTES

## MIÉRCOLES

## JUEVES

## VIERNES

<p style="text-align: right;">10</p>	<p style="text-align: right;">11</p>	<p style="text-align: center;"><b>MEDIA MAÑANA</b></p> <p style="text-align: right;">12</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Yogur bebible</li> <li><b>COMIDA</b></li> <li>· Sopa de ave con estrellitas</li> <li>· Ragú de carne con verduras</li> <li>· Fruta de temporada</li> <li><b>MERIENDA</b></li> <li>· Bocado de chorizo</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>MEDIA MAÑANA</b></p> <p style="text-align: right;">13</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Manzana</li> <li><b>COMIDA</b></li> <li>· Macarrones boloñesa</li> <li>· Varitas de merluza con patatas cocidas</li> <li>· Helado</li> <li><b>MERIENDA</b></li> <li>· Bocado de salchichón</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>MEDIA MAÑANA</b></p> <p style="text-align: right;">14</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Fruta de temporada</li> <li><b>COMIDA</b></li> <li>· Sopa de arroz</li> <li>· San Jacobo con lechuga</li> <li>· Manzana</li> <li><b>MERIENDA</b></li> <li>· Bocado de chocolate</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>MEDIA MAÑANA</b></p> <p style="text-align: right;">17</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Barrita de cereales</li> <li><b>COMIDA</b></li> <li>· Caracolas c/ salsa de verduras</li> <li>· Milanesa de pollo con ensalada</li> <li>· Fruta de temporada</li> <li><b>MERIENDA</b></li> <li>· Bocado de queso</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>MEDIA MAÑANA</b></p> <p style="text-align: right;">18</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Manzana</li> <li><b>COMIDA</b></li> <li>· Potaje garbanzos c/ espinacas</li> <li>· Tortilla española con ensalada</li> <li>· Pera</li> <li><b>MERIENDA</b></li> <li>· Bocado de jamón cocido</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>MEDIA MAÑANA</b></p> <p style="text-align: right;">19</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Yogur bebible</li> <li><b>COMIDA</b></li> <li>· Sopa de fideos</li> <li>· Ternera guisada con champiñones</li> <li>· Yogur natural</li> <li><b>MERIENDA</b></li> <li>· Bocado de paté</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>MEDIA MAÑANA</b></p> <p style="text-align: right;">20</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Plátano</li> <li><b>COMIDA</b></li> <li>· Ensalada de pasta con jamón</li> <li>· Abadejo con patata cocida</li> <li>· Manzana</li> <li><b>MERIENDA</b></li> <li>· Bocado de mortadela</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>MEDIA MAÑANA</b></p> <p style="text-align: right;">21</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Pera</li> <li><b>COMIDA</b></li> <li>· Crema de Vichy con picatostes</li> <li>· Albóndigas con arroz y tomate</li> <li>· Plátano</li> <li><b>MERIENDA</b></li> <li>· Bocado de chocolate blanco</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>MEDIA MAÑANA</b></p> <p style="text-align: right;">24</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Manzana</li> <li><b>COMIDA</b></li> <li>· Croquetas de pollo c/ ensalada</li> <li>· Raxo en salsa con patatas</li> <li>· Yogur de sabores</li> <li><b>MERIENDA</b></li> <li>· Bocado de salchichón</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>MEDIA MAÑANA</b></p> <p style="text-align: right;">25</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Fruta de temporada</li> <li><b>COMIDA</b></li> <li>· Sopa juliana</li> <li>· Pavo a la plancha con judías</li> <li>· Plátano</li> <li><b>MERIENDA</b></li> <li>· Bocado de chorizo</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>MEDIA MAÑANA</b></p> <p style="text-align: right;">26</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Yogur bebible</li> <li><b>COMIDA</b></li> <li>· Lentejas estofadas</li> <li>· Bacalao al horno c/ patatas panaderas</li> <li>· Manzana</li> <li><b>MERIENDA</b></li> <li>· Bocado de Nocilla</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>MEDIA MAÑANA</b></p> <p style="text-align: right;">27</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Barrita de cereales</li> <li><b>COMIDA</b></li> <li>· Ensaladilla de pasta, campera</li> <li>· Tortilla española con tomate</li> <li>· Fruta de temporada</li> <li><b>MERIENDA</b></li> <li>· Bocado de queso</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>MEDIA MAÑANA</b></p> <p style="text-align: right;">28</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Fruta de temporada</li> <li><b>COMIDA</b></li> <li>· Sopa de letras</li> <li>· Tiras de pollo con ensalada</li> <li>· Pera</li> <li><b>MERIENDA</b></li> <li>· Bocado de chocolate</li> </ul>