

DICIEMBRE  
2025

Menú acompañado de agua y/o leche, ración de pan diaria, los viernes será integral. Fruta fresca (manzana, pera, plátano, naranja, mandarina y frutas de temporada) y dos productos ecológicos mensualmente.

MENU  
BASAL

Alérgenos

Lunes

Lentejas a la castellana  
Albondigas a la jardinera  
Fruta de temporada  
Pan

Energía (kcal) 447  
Hidratos Carb. (gr) 59,9

Macarrones con tomate  
Merluza en salsa de zanahoria  
Fruta de temporada  
Pan

Energía (kcal) 447  
Hidratos Carb. (gr) 64,4

Festivo

Brócoli rehogado  
Magro de cerdo en salsa  
Fruta de temporada  
Pan

Energía (kcal) 345  
Hidratos Carb. (gr) 32,8

Festivo

Festivo

Martes

Arroz con tomate  
Tortilla con calabacín con ensalada de colores  
Fruta de temporada  
Pan

Energía (kcal) 575  
Hidratos Carb. (gr) 67,7

Festivo

Judías blancas estofadas  
Merluza en salsa verde  
Fruta ECO  
Pan

Energía (kcal) 400  
Hidratos Carb. (gr) 56,3

Festivo

Festivo

Miércoles

Crema de verduras ECO  
Pollo guisado  
Fruta de temporada  
Pan

Energía (kcal) 357  
Hidratos Carb. (gr) 44,4

Festivo

Festivo

Jueves

Alubias pintas con arroz  
Huevos cocidos con tomate y queso  
Fruta de temporada  
Pan

Energía (kcal) 442  
Hidratos Carb. (gr) 52,8

Festivo

Festivo

Viernes

Patatas guisadas con verduras  
Caballa con tomate  
Yogur natural  
Pan integral

Energía (kcal) 456  
Hidratos Carb. (gr) 45,0

Festivo

Festivo

1

2

3

4

5

15

16

17

18

19

13,6

8,0

13,4

19,3

23,6

22

23

24

25

26

29

30

31



Feliz  
Navidad

La información sobre los ingredientes, alérgenos y valoración nutricional y posibles alérgenos aquí reflejada es orientativa; en cumplimiento del R.1169/2011, dicha información completa y exacta está a disposición de las familias en <https://menuo.ausolan.com/>  
Los códigos de acceso son: El Adela Abrines 1351, El Alfredo López 1352, El Conde Elda 1353 y El Javier G Pita 1354