

Ausolan.

EI ADELA ABRINES

No carne

Marzo
2026

TURNO ESCUELA INFANTIL

Comida

FUNDACION MONTEMADRID
ESCUELAS INFANTILES



- Festivo
- 100% Vegetal
- Día especial

Juntos en tu día a día
menuo.ausolan.com

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Arroz con tomate <u>Abadejo al horno</u> Ensalada del tiempo Fruta de temporada Pan Kcal. 464 h.c. 64,1 lip. 13,4 p. 23,2	3 Puré de verdura ecológico Macarrones con boloñesa de soja texturizada Fruta de temporada Pan Kcal. 455 h.c. 76,9 lip. 9,2 p. 14,9	4 <u>Lentejas estofadas - dietas</u> Tortilla de patata casera Ensalada verde Fruta de temporada Pan Kcal. 498 h.c. 67,1 lip. 14,9 p. 22,0	5 Patatas guisadas <u>Salmón al horno</u> Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan Kcal. 386 h.c. 43,5 lip. 14,8 p. 20,2	6 Alubias pintas a la hortelana Merluza a la plancha Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan integral Kcal. 421 h.c. 51,4 lip. 12,6 p. 22,4
9 Puré de calabacín Caballa Tomate frito Fruta de temporada Pan Kcal. 430 h.c. 44,6 lip. 18,1 p. 23,3	10 Alubias blancas estofadas <u>Hervido de patata y zanahoria- dieta</u> Fruta de temporada Pan Kcal. 458 h.c. 69,4 lip. 11,4 p. 14,8	11 <u>Arroz con calabacín</u> Abadejo a la romana Ensalada de colores Fruta de temporada Pan Kcal. 476 h.c. 55,8 lip. 18,4 p. 22,9	12 Judías verdes rehogadas con patatas <u>Merluza en salsa de tomate y patatas</u> Fruta de temporada Pan Kcal. 338 h.c. 40,8 lip. 12,6 p. 15,2	13 Macarrones con tomate Revuelto con queso Ensalada verde Yogur natural Pan integral Kcal. 587 h.c. 56,8 lip. 28,9 p. 24,7
16 Puré de zanahoria Tortilla de patata casera Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan Kcal. 442 h.c. 59,4 lip. 15,7 p. 15,0	17 <u>Sopa minestrone</u> Delicias de pescado Patatas Yogur natural Pan Kcal. 465 h.c. 52,6 lip. 22,2 p. 13,3	18 Brócoli salteado <u>Alubias pintas con verduras (dieta)</u> Fruta de temporada Pan Kcal. 397 h.c. 51,9 lip. 12,0 p. 15,9	19 <u>Sopa arroz - dietas</u> Garbanzos con fritada Fruta de temporada Pan Kcal. 389 h.c. 67,6 lip. 6,8 p. 13,3	20 Paella de verdura Salmón en salsa de verdura Yogur natural Pan integral Kcal. 517 h.c. 61,5 lip. 19,6 p. 24,4
23 Lentejas con verduras <u>Tortilla francesa casera</u> Ensalada del tiempo Fruta de temporada Pan Kcal. 516 h.c. 54,3 lip. 23,1 p. 21,9	24 Crema de calabaza Merluza en salsa de tomate y patatas Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan Kcal. 373 h.c. 47,0 lip. 14,2 p. 14,9	25 Sopa de pescado <u>Palometa al horno</u> Patatas Fruta ecológica Pan Kcal. 409 h.c. 46,1 lip. 14,5 p. 24,6	26 Alubias blancas estofadas <u>Patatas con calabacín y puerro</u> Fruta de temporada Pan Kcal. 433 h.c. 72,6 lip. 6,9 p. 15,7	27 Macarrones con tomate <u>Bacalao enharinado (harina de maíz)</u> Ensalada de lechuga Yogur natural Pan integral Kcal. 514 h.c. 56,3 lip. 19,5 p. 28,1

(*) Los platos resaltados en subrayado son la alternativa al menú basal.