

Ausolan.

EI ADELA ABRINES

No leche y derivados,
pescado

Marzo
2026

TURNO ESCUELA INFANTIL
Comida

FUNDACIÓN 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 Lomo fresco a la plancha Ensalada del tiempo Fruta de temporada Pan	3 Puré de verdura ecológico Macarrones con boloñesa de soja texturizada Fruta de temporada Pan	4 Lentejas con chorizo Tortilla de patata casera Ensalada verde Fruta de temporada Pan	5 Patatas guisadas Escalope de pollo Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan	6 Alubias pintas a la hortelana <u>Delicias de pavo</u> Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan integral
Kcal. 473 h.c. 64,1 lip. 15,2 p. 21,4	Kcal. 455 h.c. 76,9 lip. 9,2 p. 14,9	Kcal. 538 h.c. 65,8 lip. 18,8 p. 24,7	Kcal. 376 h.c. 44,6 lip. 13,3 p. 20,3	Kcal. 403 h.c. 53,0 lip. 8,9 p. 24,8
9 Puré de calabacín <u>Delicias de pavo</u> Tomate frito Fruta de temporada Pan	10 Alubias blancas estofadas Albóndigas a la jardinera Fruta de temporada Pan	11 Arroz con pollo <u>Lomo fresco a la plancha</u> <u>Ensalada de colores</u> Fruta de temporada Pan	12 Judías verdes rehogadas con patatas Contramuslo de pollo en salsa de tomate y verduras Fruta de temporada Pan	13 Macarrones con tomate <u>Huevo revuelto</u> Ensalada verde <u>Yogur de soja natural</u> Pan integral
Kcal. 380 h.c. 46,2 lip. 13,0 p. 20,5	Kcal. 425 h.c. 57,9 lip. 12,0 p. 16,8	Kcal. 555 h.c. 65,4 lip. 21,2 p. 26,7	Kcal. 369 h.c. 38,0 lip. 14,4 p. 21,9	Kcal. 493 h.c. 52,7 lip. 19,5 p. 24,4
16 Puré de zanahoria Tortilla de patata casera Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan	17 Sopa de ave con maravilla <u>Delicias de pavo</u> Patatas <u>Yogur de soja natural</u> Pan	18 Brócoli salteado Magro a la cordobesa Fruta de temporada Pan	19 SOPA CARNE Y LEGUMBRE CON PASTA Cocido completo Fruta de temporada Pan	20 Paella de verdura <u>Contramuslo de pollo a la plancha</u> Ensalada de lechuga <u>Yogur de soja natural</u> Pan integral
Kcal. 442 h.c. 59,4 lip. 15,7 p. 15,0	Kcal. 369 h.c. 36,5 lip. 13,8 p. 22,9	Kcal. 366 h.c. 36,6 lip. 12,7 p. 25,6	Kcal. 547 h.c. 72,3 lip. 16,8 p. 24,1	Kcal. 425 h.c. 54,7 lip. 11,9 p. 23,9
23 Lentejas con verduras Tortilla francesa con pavo Ensalada del tiempo Fruta de temporada Pan	24 Crema de calabaza <u>Lomo fresco a la plancha</u> Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan	25 <u>Sopa de verdura con pasta sin gluten</u> Lomo fresco a la plancha Patatas Fruta ecológica Pan	26 Alubias blancas estofadas Pollo guisado Fruta de temporada Pan	27 Macarrones con tomate <u>Hamburguesa de ternera a la plancha</u> Ensalada de lechuga <u>Yogur de soja natural</u> Pan integral
Kcal. 512 h.c. 54,5 lip. 21,7 p. 23,6	Kcal. 380 h.c. 42,2 lip. 15,1 p. 19,8	Kcal. 369 h.c. 44,6 lip. 13,2 p. 18,9	Kcal. 429 h.c. 54,0 lip. 9,8 p. 28,2	Kcal. 486 h.c. 52,3 lip. 17,3 p. 28,2

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