

Ausolan.

EI ADELA ABRINES

No prunidos

Marzo

2026

TURNO ESCUELA INFANTIL

Comida

FUNDACION MONTEMADRID
ESCUELAS INFANTILES



Festivo100% VegetalDía 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 <u>Naranja</u> Pan	3 Puré de verdura ecológico Macarrones con boloñesa de soja texturizada <u>Manzana</u> Pan	4 Lentejas con chorizo Tortilla de patata casera Ensalada verde <u>Pera</u> Pan	5 Patatas guisadas Escalope de pollo Ensalada de lechuga <u>Plátano</u> Pan	6 Alubias pintas a la hortelana Merluza a la plancha Ensalada de lechuga <u>Manzana</u> Pan integral
Kcal. 469 h.c. 62,6 lip. 15,3 p. 21,7	Kcal. 451 h.c. 76,5 lip. 9,0 p. 14,7	Kcal. 545 h.c. 67,4 lip. 18,9 p. 24,6	Kcal. 420 h.c. 55,3 lip. 13,4 p. 21,0	Kcal. 417 h.c. 51,0 lip. 12,4 p. 22,2
9 Puré de calabacín Caballa Tomate frito <u>Naranja</u> Pan	10 Alubias blancas estofadas Albóndigas a la jardinera <u>Manzana</u> Pan	11 Arroz con pollo Abadejo a la romana Ensalada de colores <u>Pera</u> Pan	12 Judías verdes rehogadas con patatas Contramuslo de pollo en salsa de tomate y verduras <u>Plátano</u> Pan	13 Macarrones con tomate Revuelto con queso Ensalada verde Yogur natural Pan integral
Kcal. 427 h.c. 43,1 lip. 18,2 p. 23,6	Kcal. 421 h.c. 57,5 lip. 11,8 p. 16,6	Kcal. 618 h.c. 71,0 lip. 24,4 p. 29,6	Kcal. 413 h.c. 48,7 lip. 14,5 p. 22,6	Kcal. 587 h.c. 56,8 lip. 28,9 p. 24,7
16 Puré de zanahoria Tortilla de patata casera Ensalada de lechuga <u>Naranja</u> Pan	17 Sopa de ave con maravilla Delicias de pescado <u>Patatas</u> Yogur natural Pan	18 Brócoli salteado Magro a la cordobesa <u>Pera</u> Pan	19 SOPA CARNE Y LEGUMBRE CON PASTA Cocido completo <u>Plátano</u> Pan	20 Paella de verdura Salmón en salsa de verdura Yogur natural Pan integral
Kcal. 438 h.c. 57,9 lip. 15,8 p. 15,3	Kcal. 483 h.c. 50,7 lip. 25,2 p. 13,0	Kcal. 373 h.c. 38,2 lip. 12,8 p. 25,5	Kcal. 591 h.c. 83,0 lip. 16,9 p. 24,8	Kcal. 517 h.c. 61,5 lip. 19,6 p. 24,4
23 Lentejas con verduras Tortilla francesa con pavo Ensalada del tiempo <u>Naranja</u> Pan	24 Crema de calabaza Merluza en salsa de tomate y patatas Ensalada de lechuga <u>Manzana</u> Pan	25 Sopa de pescado Lomo fresco a la plancha <u>Patatas</u> <u>Pera</u> Pan	26 Alubias blancas estofadas Pollo guisado <u>Plátano</u> Pan	27 Macarrones con tomate Delicias de mar (croquetas de bacalao, empanadillas de atún y varitas de merluza) Ensalada de lechuga Yogur natural Pan integral
Kcal. 508 h.c. 53,0 lip. 21,8 p. 23,9	Kcal. 369 h.c. 46,6 lip. 14,0 p. 14,7	Kcal. 401 h.c. 47,6 lip. 14,2 p. 21,7	Kcal. 473 h.c. 64,7 lip. 9,9 p. 28,9	Kcal. 543 h.c. 72,6 lip. 20,2 p. 16,7

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