

Ausolan.

EL ALFREDO LOPEZ

No leche y derivados

Marzo
2026

TURNO ESCUELA INFANTIL
Comida

FUNDACIÓN MONTEMADRID
ESCUELAS INFANTILES



| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|---|---|---|---|--|
| | | | | |
| <p>2</p> <p>Arroz con tomate Lomo fresco a la plancha Ensalada del tiempo Fruta de temporada Pan</p> <p>Kcal. 473 h.c. 64,1 lip. 15,2 p. 21,4</p> | <p>3</p> <p>Puré de verdura ecológico Macarrones con boloñesa de soja texturizada Fruta de temporada Pan</p> <p>Kcal. 455 h.c. 76,9 lip. 9,2 p. 14,9</p> | <p>4</p> <p>Lentejas con chorizo Tortilla de patata casera Ensalada verde Fruta de temporada Pan</p> <p>Kcal. 538 h.c. 65,8 lip. 18,8 p. 24,7</p> | <p>5</p> <p>Patatas guisadas Escalope de pollo Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan</p> <p>Kcal. 376 h.c. 44,6 lip. 13,3 p. 20,3</p> | <p>6</p> <p>Alubias pintas a la hortelana Merluza a la plancha Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan integral</p> <p>Kcal. 421 h.c. 51,4 lip. 12,6 p. 22,4</p> |
| <p>9</p> <p>Puré de calabacín Caballa Tomate frito Fruta de temporada Pan</p> <p>Kcal. 430 h.c. 44,6 lip. 18,1 p. 23,3</p> | <p>10</p> <p>Alubias blancas estofadas Albóndigas a la jardinera Fruta de temporada Pan</p> <p>Kcal. 425 h.c. 57,9 lip. 12,0 p. 16,8</p> | <p>11</p> <p>Arroz con pollo Abadejo a la romana Ensalada de colores Fruta de temporada Pan</p> <p>Kcal. 611 h.c. 69,4 lip. 24,3 p. 29,7</p> | <p>12</p> <p>Judías verdes rehogadas con patatas Contramuslo de pollo en salsa de tomate y verduras Fruta de temporada Pan</p> <p>Kcal. 369 h.c. 38,0 lip. 14,4 p. 21,9</p> | <p>13</p> <p>Macarrones con tomate <u>Huevo revuelto</u> Ensalada verde <u>Yogur de soja natural</u> Pan integral</p> <p>Kcal. 493 h.c. 52,7 lip. 19,5 p. 24,4</p> |
| <p>16</p> <p>Puré de zanahoria Tortilla de patata casera Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan</p> <p>Kcal. 442 h.c. 59,4 lip. 15,7 p. 15,0</p> | <p>17</p> <p>Sopa de ave con maravilla <u>Merluza enharinada (harina de maíz)</u> Patatas <u>Yogur de soja natural</u> Pan</p> <p>Kcal. 436 h.c. 38,6 lip. 21,2 p. 21,0</p> | <p>18</p> <p>Brócoli salteado Magro a la cordobesa Fruta de temporada Pan</p> <p>Kcal. 366 h.c. 36,6 lip. 12,7 p. 25,6</p> | <p>19</p> <p>SOPA CARNE Y LEGUMBRE CON PASTA Cocido completo Fruta de temporada Pan</p> <p>Kcal. 547 h.c. 72,3 lip. 16,8 p. 24,1</p> | <p>20</p> <p>Paella de verdura Salmón en salsa de verdura <u>Yogur de soja natural</u> Pan integral</p> <p>Kcal. 502 h.c. 58,6 lip. 17,9 p. 25,4</p> |
| <p>23</p> <p>Lentejas con verduras Tortilla francesa con pavo Ensalada del tiempo Fruta de temporada Pan</p> <p>Kcal. 512 h.c. 54,5 lip. 21,7 p. 23,6</p> | <p>24</p> <p>Crema de calabaza Merluza en salsa de tomate y patatas Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan</p> <p>Kcal. 373 h.c. 47,0 lip. 14,2 p. 14,9</p> | <p>25</p> <p>Sopa de pescado Lomo fresco a la plancha Patatas Fruta ecológica Pan</p> <p>Kcal. 394 h.c. 46,0 lip. 14,1 p. 21,8</p> | <p>26</p> <p>Alubias blancas estofadas Pollo guisado Fruta de temporada Pan</p> <p>Kcal. 429 h.c. 54,0 lip. 9,8 p. 28,2</p> | <p>27</p> <p>Macarrones con tomate <u>Hamburguesa de ternera a la plancha</u> Ensalada de lechuga <u>Yogur de soja natural</u> Pan integral</p> <p>Kcal. 486 h.c. 52,3 lip. 17,3 p. 28,2</p> |

- Festivo
- 100% Vegetal
- Día especial

Juntos en tu día a día
menuo.ausolan.com

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