

# Ausolan.

EL ALFREDO LOPEZ

No plátano

Marzo  
2026

TURNO ESCUELA INFANTIL

Comida

FUNDACIÓN MONTEMADRID  
ESCUELAS INFANTILES



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2	3	4	5	6
Arroz con tomate Lomo fresco a la plancha Ensalada del tiempo <u>Naranja</u> Pan	Puré de verdura ecológico Macarrones con boloñesa de soja texturizada <u>Manzana</u> Pan	Lentejas con chorizo Tortilla de patata casera Ensalada verde <u>Pera</u> Pan	Patatas guisadas Escalope de pollo Ensalada de lechuga <u>Manzana</u> Pan	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. 373 h.c. 44,2 lip. 13,1 p. 20,1	Kcal. 417 h.c. 51,0 lip. 12,4 p. 22,2
9	10	11	12	13
Puré de calabacín Caballa Tomate frito <u>Naranja</u> Pan	Alubias blancas estofadas Albóndigas a la jardinera <u>Manzana</u> Pan	Arroz con pollo Abadejo a la romana Ensalada de colores <u>Pera</u> Pan	Judías verdes rehogadas con patatas Contramuslo de pollo en salsa de tomate y verduras <u>Manzana</u> Pan	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. 365 h.c. 37,6 lip. 14,2 p. 21,7	Kcal. 587 h.c. 56,8 lip. 28,9 p. 24,7
16	17	18	19	20
Puré de zanahoria Tortilla de patata casera Ensalada de lechuga <u>Naranja</u> Pan	Sopa de ave con maravilla Delicias de pescado Patatas Yogur natural Pan	Brócoli salteado Magro a la cordobesa <u>Pera</u> Pan	SOPA CARNE Y LEGUMBRE CON PASTA Cocido completo <u>Manzana</u> Pan	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. 543 h.c. 71,9 lip. 16,6 p. 23,9	Kcal. 517 h.c. 61,5 lip. 19,6 p. 24,4
23	24	25	26	27
Lentejas con verduras Tortilla francesa con pavo Ensalada del tiempo <u>Naranja</u> Pan	Crema de calabaza Merluza en salsa de tomate y patatas Ensalada de lechuga <u>Manzana</u> Pan	Sopa de pescado Lomo fresco a la plancha Patatas <u>Pera</u> Pan	Alubias blancas estofadas Pollo guisado <u>Manzana</u> Pan	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. 425 h.c. 53,6 lip. 9,6 p. 28,0	Kcal. 543 h.c. 72,6 lip. 20,2 p. 16,7

- 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.