

Ausolan.

EI ADELA ABRINES

No azúcar

Junio
2026

TURNO ESCUELA INFANTIL

Comida

FUNDACION MONTEMADRID
ESCUELAS INFANTILES



- Festivo
- 100% Vegetal
- Día especial

(*) Fruta fresca variada: Naranja, manzana, pera, plátano, fruta de temporada.
Valoración nutricional: Turno escuela infantil, transición y purés - Ración 1-3 años. Según AESAN recomendación nitrato 35 mg. Cuando en el menú se ofrece lechuga de guarnición se recomienda a las familias que en las cenas no den alimentos de hoja verde.

Juntos en tu día a día
menuo.ausolan.com

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>1</p> <p>Puré de verdura ecológico Albóndigas a la jardinera Fruta de temporada Pan</p> <p>Kcal. 353 h.c. 48,3 lip. 12,6 p. 10,3</p>	<p>2</p> <p><u>Lentejas estofadas - dietas</u> Abadejo rebozado <u>Ensalada de lechuga</u> Fruta de temporada Pan</p> <p>Kcal. 464 h.c. 56,5 lip. 12,8 p. 30,0</p>	<p>3</p> <p><u>Arroz con calabacín</u> Huevo revuelto <u>Ensalada de tomate</u> Yogur natural Pan</p> <p>Kcal. 411 h.c. 45,6 lip. 17,0 p. 19,5</p>	<p>4</p> <p><u>Sopa de ave con fideos - especial</u> <u>Cocido completo - dietas</u> Fruta de temporada Pan</p> <p>Kcal. 602 h.c. 80,7 lip. 17,3 p. 26,8</p>	<p>5</p> <p>Ensalada campera Contramuslo de pollo a la plancha Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan integral</p> <p>Kcal. 359 h.c. 40,3 lip. 12,4 p. 22,5</p>
<p>8</p> <p><u>Lentejas estofadas - dietas</u> Tortilla de queso casera Ensalada verde Fruta de temporada Pan</p> <p>Kcal. 506 h.c. 54,1 lip. 20,8 p. 24,6</p>	<p>9</p> <p><u>Macarrones salteados</u> Merluza al horno <u>Ensalada de lechuga</u> Fruta de temporada Pan</p> <p>Kcal. 383 h.c. 57,0 lip. 9,4 p. 18,3</p>	<p>10</p> <p>Judías verdes rehogadas Escalope de pollo Patatas Fruta de temporada Pan</p> <p>Kcal. 430 h.c. 42,3 lip. 19,5 p. 21,1</p>	<p>11</p> <p><u>Alubias blancas estofadas - dietas</u> Caballa <u>Ensalada de lechuga</u> Fruta de temporada Pan</p> <p>Kcal. 424 h.c. 50,7 lip. 11,3 p. 27,5</p>	<p>12</p> <p>Puré de calabacín ecológico <u>Lomo fresco a la plancha</u> <u>Ensalada de lechuga y tomate</u> Yogur natural Pan integral</p> <p>Kcal. 397 h.c. 33,3 lip. 18,9 p. 23,5</p>
<p>15</p> <p><u>Lentejas estofadas - dietas</u> Delicias de brócoli <u>Ensalada de lechuga</u> Fruta de temporada Pan</p> <p>Kcal. 534 h.c. 64,5 lip. 21,4 p. 19,5</p>	<p>16</p> <p><u>Patatas con calabacín y puerro</u> Merluza al horno Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan</p> <p>Kcal. 358 h.c. 46,4 lip. 11,8 p. 16,6</p>	<p>17</p> <p><u>Alubias blancas estofadas - dietas</u> Tortilla de patata casera <u>Ensalada de lechuga</u> Fruta de temporada Pan</p> <p>Kcal. 497 h.c. 65,2 lip. 15,3 p. 21,3</p>	<p>18</p> <p>Puré de verdura Magro de cerdo estofado Fruta de temporada Pan</p> <p>Kcal. 345 h.c. 43,0 lip. 9,4 p. 22,8</p>	<p>19</p> <p><u>Macarrones salteados</u> Salmón en salsa de verdura Yogur natural Pan integral</p> <p>Kcal. 484 h.c. 55,8 lip. 17,5 p. 25,9</p>
<p>22</p> <p><u>Arroz con champiñones</u> Tortilla francesa casera <u>Ensalada de lechuga</u> Fruta de temporada Pan</p> <p>Kcal. 502 h.c. 62,9 lip. 21,7 p. 15,4</p>	<p>23</p> <p><u>Ensaladilla rusa dietas</u> Merluza en salsa de verdura Fruta de temporada Pan</p> <p>Kcal. 293 h.c. 38,0 lip. 9,1 p. 15,2</p>	<p>24</p> <p><u>Garbanzos estofados - dietas</u> Lomo fresco en salsa de verduras Fruta de temporada Pan</p> <p>Kcal. 416 h.c. 51,8 lip. 10,4 p. 27,6</p>	<p>25</p> <p>Puré de calabacín Abadejo rebozado <u>Ensalada de lechuga</u> Yogur natural Pan</p> <p>Kcal. 451 h.c. 37,7 lip. 21,7 p. 26,5</p>	<p>26</p> <p><u>Lentejas estofadas - dietas</u> Contramuslo de pollo a la plancha Zanahoria Fruta de temporada Pan integral</p> <p>Kcal. 386 h.c. 54,3 lip. 7,0 p. 25,4</p>
<p>29</p> <p><u>Macarrones salteados</u> Tortilla francesa casera <u>Ensalada verde</u> Fruta de temporada Pan</p> <p>Kcal. 483 h.c. 58,3 lip. 20,6 p. 17,0</p>	<p>30</p> <p><u>Sopa de ave con pasta sin gluten</u> <u>Pollo enharinado (harina de maíz)</u> <u>Ensalada de lechuga</u> Fruta de temporada Pan</p> <p>Kcal. 394 h.c. 41,2 lip. 16,4 p. 22,0</p>			

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