

# Ausolan.

EL CONDE DE ELDA

No carne

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](http://menuo.ausolan.com)

| Lunes  | Martes  | Miércoles   | Jueves  | Viernes  |
|--|---|---|---|--|
| <p>1</p> <p>Puré de verdura ecológico<br/><u>Hamburguesa vegetal a la plancha</u><br/>Fruta de temporada<br/>Pan blanco</p> <p>Kcal. 415 h.c. 57,8 lip. 16,2 p. 8,9</p>        | <p>2</p> <p><u>Lentejas estofadas - dietas</u><br/>Abadejo rebozado<br/>Ensalada del tiempo<br/>Fruta de temporada<br/>Pan</p> <p>Kcal. 466 h.c. 56,8 lip. 12,8 p. 30,0</p>                                     | <p>3</p> <p>Arroz con tomate<br/>Huevo revuelto<br/>Ensalada de colores<br/>Yogur natural<br/>Pan blanco</p> <p>Kcal. 529 h.c. 60,1 lip. 22,8 p. 21,5</p>                       | <p>4</p> <p><u>Sopa arroz - dietas</u><br/><u>Garbanzos con fritada</u><br/>Fruta de temporada<br/>Pan blanco</p> <p>Kcal. 389 h.c. 67,6 lip. 6,8 p. 13,3</p> | <p>5</p> <p>Ensalada campera<br/><u>Salmón al horno</u><br/>Ensalada de lechuga<br/>Fruta de temporada<br/>Pan integral</p> <p>Kcal. 429 h.c. 40,3 lip. 19,3 p. 24,3</p>                     |
| <p>8</p> <p>Lentejas estofadas<br/>Tortilla de queso casera<br/>Ensalada verde<br/>Fruta de temporada<br/>Pan</p> <p>Kcal. 533 h.c. 53,8 lip. 23,8 p. 24,9</p>                 | <p>9</p> <p>Macarrones con tomate<br/>Merluza al horno<br/>Ensalada de colores<br/>Fruta de temporada<br/>Pan</p> <p>Kcal. 453 h.c. 61,2 lip. 14,5 p. 19,5</p>  | <p>10</p> <p>Judías verdes rehogadas<br/><u>Abadejo enharinado (harina de maíz)</u><br/>Patatas<br/>Fruta de temporada<br/>Pan</p> <p>Kcal. 430 h.c. 42,3 lip. 18,8 p. 22,9</p> | <p>11</p> <p>Alubias pintas con arroz<br/>Caballa<br/>Tomate frito<br/>Fruta de temporada<br/>Pan blanco</p> <p>Kcal. 486 h.c. 56,9 lip. 14,6 p. 29,6</p>     | <p>12</p> <p>Puré de calabacín ecológico<br/><u>Revuelto de huevos con queso</u><br/>Ensalada del tiempo<br/>Yogur natural<br/>Pan integral</p> <p>Kcal. 485 h.c. 34,7 lip. 29,3 p. 20,9</p> |
| <p>15</p> <p>Lentejas con arroz<br/>Delicias de brócoli<br/>Ensalada de colores<br/>Fruta de temporada<br/>Pan</p> <p>Kcal. 564 h.c. 67,7 lip. 23,8 p. 18,8</p>                | <p>16</p> <p>Patatas guisadas con verduras<br/>Merluza al horno<br/>Ensalada de lechuga<br/>Fruta de temporada<br/>Pan</p> <p>Kcal. 326 h.c. 43,5 lip. 10,0 p. 16,0</p>   | <p>17</p> <p>Alubias blancas estofadas<br/>Tortilla de patata casera<br/>Ensalada de colores<br/>Fruta de temporada<br/>Pan</p> <p>Kcal. 529 h.c. 67,6 lip. 17,4 p. 21,7</p>    | <p>18</p> <p>Puré de verdura<br/><u>Caballa</u><br/>Fruta de temporada<br/>Pan</p> <p>Kcal. 340 h.c. 42,4 lip. 10,0 p. 21,0</p>                               | <p>19</p> <p>Macarrones con tomate<br/>Salmón en salsa de verdura<br/>Yogur natural<br/>Pan integral</p> <p>Kcal. 532 h.c. 59,1 lip. 20,8 p. 26,9</p>  |
| <p>22</p> <p>Arroz con verdura<br/>Tortilla francesa casera<br/>Ensalada de lechuga<br/>Fruta de temporada<br/>Pan</p> <p>Kcal. 508 h.c. 63,9 lip. 22,0 p. 15,4</p>            | <p>23</p> <p>Ensaladilla rusa<br/>Merluza en salsa de verdura<br/>Fruta de temporada<br/>Pan</p> <p>Kcal. 326 h.c. 34,8 lip. 13,7 p. 16,7</p>   | <p>24</p> <p>Garbanzos con fritada<br/><u>Huevo revuelto</u><br/>Ensalada de lechuga<br/>Fruta de temporada<br/>Pan blanco</p> <p>Kcal. 424 h.c. 50,1 lip. 14,7 p. 22,2</p>     | <p>25</p> <p>Puré de calabacín<br/>Abadejo rebozado<br/>Ensalada del tiempo<br/>Yogur natural<br/>Pan</p> <p>Kcal. 453 h.c. 38,0 lip. 21,7 p. 26,5</p>        | <p>26</p> <p>Lentejas con verduras<br/><u>Limanda al horno</u><br/>Zanahoria<br/>Fruta de temporada<br/>Pan integral</p> <p>Kcal. 584 h.c. 54,4 lip. 29,1 p. 25,0</p>                        |
| <p>29</p> <p>Macarrones con tomate<br/>Tortilla francesa casera<br/>Ensalada del tiempo<br/>Fruta de temporada<br/>Pan blanco</p> <p>Kcal. 525 h.c. 61,8 lip. 23,2 p. 17,9</p> | <p>30</p> <p><u>Sopa de verdura con pasta sin gluten</u><br/><u>Abadejo enharinado (harina de maíz)</u><br/>Ensalada del tiempo<br/>Fruta de temporada<br/>Pan</p> <p>Kcal. 361 h.c. 41,0 lip. 13,5 p. 20,3</p> |   |   |  |

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