

Ausolan.

EI ADELA ABRINES

No huevo, leche y derivados

Julio 2026

TURNO ESCUELA INFANTIL
Comida

FUNDACIÓN MONTEMADRID
E.I. ADELA ABRINES



Festivo100% VegetalDía 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. Para mas información consulte la web <https://menuo.ausolan.com/> y acceda con el código 1351

Juntos en tu día a día
menuo.ausolan.com

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1 Arroz con tomate Contramuslo de pollo al horno Ensalada verde Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 434 h.c. 63,3 lip. 12,1 p. 19,7	2 Crema de calabacín Magro de cerdo con verduras Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 399 h.c. 45,6 lip. 13,5 p. 24,1	3 Alubias blancas estofadas Palometa a la plancha Verduras salteadas (calabacín, cebolla y champiñón) Yogur de soja natural Pan integral Kcal. 452 h.c. 45,7 lip. 13,4 p. 31,6
6 Puré de verdura Lomo fresco a la plancha Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 353 h.c. 42,6 lip. 11,7 p. 20,1	7 Garbanzos con arroz Caballa en aceite Ensalada del tiempo Fruta de temporada Pan Kcal. 459 h.c. 54,9 lip. 14,6 p. 26,3	8 Brócoli rehogado con patatas Pollo guisado Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 356 h.c. 34,2 lip. 14,6 p. 22,0	9 Macarrones con tomate sin gluten Merluza al horno Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 410 h.c. 59,7 lip. 12,4 p. 15,9	10 Alubias pintas con verduras Lacón al horno Ensalada de colores Yogur de soja natural Pan integral Kcal. 496 h.c. 46,5 lip. 19,7 p. 27,3
13 Arroz con tomate Lomo fresco en salsa de verduras Fruta de temporada Pan Kcal. 452 h.c. 63,8 lip. 12,4 p. 22,8	14 Lentejas estofadas Merluza en salsa de verdura Fruta de temporada Pan Kcal. 407 h.c. 56,1 lip. 9,2 p. 23,7	15 Judías verdes a la gallega Contramuslo de pollo en salsa de tomate y verduras Yogur de soja natural Pan Kcal. 390 h.c. 30,8 lip. 16,6 p. 26,7	16 Ensalada de pasta sin gluten Lomo fresco a la plancha Ensalada verde Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 426 h.c. 55,2 lip. 14,4 p. 19,7	17 Patatas guisadas Abadejo enharinado (harina de maíz) Ensalada del tiempo Fruta de temporada Pan integral Kcal. 378 h.c. 44,1 lip. 12,9 p. 22,0
20 Arroz con verdura Hamburguesa en salsa de tomate Fruta de temporada Pan Kcal. 456 h.c. 67,3 lip. 14,5 p. 15,7	21 Brócoli rehogado Ragout de pollo a la cazadora Fruta de temporada Pan Kcal. 359 h.c. 34,9 lip. 14,7 p. 21,9	22 Macarrones con tomate sin gluten Merluza al horno Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan Kcal. 410 h.c. 59,7 lip. 12,4 p. 15,9	23 Garbanzos estofados Delicias de pavo Ensalada verde Fruta de temporada Pan Kcal. 419 h.c. 54,2 lip. 10,6 p. 25,1	24 Puré de calabacín ecológico Abadejo enharinado (harina de maíz) Ensalada del tiempo Yogur de soja natural Pan integral Kcal. 408 h.c. 31,4 lip. 18,9 p. 26,4
27 Arroz con maíz y zanahoria Merluza al horno Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan Kcal. 420 h.c. 63,8 lip. 11,4 p. 16,8	28 Puré de calabaza ecológica Contramuslo de pollo en salsa de tomate y verduras Yogur de soja natural Pan Kcal. 422 h.c. 39,5 lip. 16,2 p. 27,0	29 Lentejas a la hortelana Lacón al horno Ensalada del tiempo Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 446 h.c. 53,9 lip. 14,9 p. 23,1	30 Ensalada de patata - dietas Magro de cerdo con verduras Fruta de temporada Pan Kcal. 409 h.c. 52,4 lip. 11,0 p. 24,9	31 Macarrones con tomate sin gluten Abadejo enharinado (harina de maíz) Ensalada de colores Yogur de soja natural Pan integral Kcal. 503 h.c. 53,7 lip. 19,3 p. 26,9

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