

Ausolan.

El GARCIA PITA

No fruta

Julio
2026

TURNO ESCUELA INFANTIL

Comida



- 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. Para más información consulte la web <https://menuo.ausolan.com/> y acceda con el código 1354

Juntos en tu día a día
menuo.ausolan.com

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1 Arroz con tomate Contramuslo de pollo al horno <u>Ensalada de lechuga</u> <u>Yogur natural</u> Pan blanco Kcal. 463 h.c. 58,9 lip. 15,3 p. 23,4	2 Crema de calabacín Magro de cerdo con verduras <u>Yogur natural</u> Pan blanco Kcal. 436 h.c. 41,3 lip. 17,4 p. 27,9	3 Alubias blancas estofadas Palometa a la plancha Verduras salteadas (calabacín, cebolla y champiñón) Yogur natural Pan integral Kcal. 467 h.c. 48,6 lip. 15,1 p. 30,6
6 Puré de verdura <u>Lomo fresco a la plancha</u> Ensalada de lechuga <u>Yogur natural</u> Pan blanco Kcal. 389 h.c. 38,3 lip. 15,6 p. 23,9	7 Garbanzos con arroz Caballa en aceite Ensalada del tiempo <u>Yogur natural</u> Pan blanco Kcal. 495 h.c. 50,6 lip. 18,5 p. 30,1	8 Brócoli rehogado con patatas Pollo guisado <u>Yogur natural</u> Pan blanco Kcal. 392 h.c. 29,9 lip. 18,5 p. 25,8	9 Macarrones con tomate Merluza al horno Ensalada de lechuga <u>Yogur natural</u> Pan blanco Kcal. 467 h.c. 56,0 lip. 16,6 p. 23,1	10 Alubias pintas con verduras Tortilla de patata casera <u>Ensalada de lechuga</u> Yogur natural Pan integral Kcal. 562 h.c. 61,6 lip. 21,9 p. 25,2
13 Arroz con tomate Lomo fresco en salsa de verduras <u>Yogur natural</u> Pan Kcal. 488 h.c. 59,5 lip. 16,3 p. 26,6	14 Lentejas estofadas Merluza en salsa de verdura <u>Yogur natural</u> Pan blanco Kcal. 443 h.c. 51,8 lip. 13,1 p. 27,5	15 Judías verdes a la gallega Contramuslo de pollo en salsa de tomate y verduras Helado de vainilla Pan Kcal. 388 h.c. 36,3 lip. 16,8 p. 22,9	16 <u>Macarrones salteados</u> Tortilla francesa casera <u>Ensalada de lechuga</u> <u>Yogur natural</u> Pan blanco Kcal. 512 h.c. 53,9 lip. 23,8 p. 20,7	17 Patatas guisadas Abadejo rebozado Ensalada del tiempo <u>Yogur natural</u> Pan integral Kcal. 443 h.c. 42,7 lip. 18,2 p. 26,8
20 Arroz con verdura Hamburguesa en salsa de tomate <u>Yogur natural</u> Pan Kcal. 492 h.c. 63,0 lip. 18,4 p. 19,5	21 Brócoli rehogado Ragout de pollo a la cazadora <u>Yogur natural</u> Pan blanco Kcal. 395 h.c. 30,6 lip. 18,6 p. 25,7	22 Macarrones con tomate Merluza al horno Ensalada de lechuga <u>Yogur natural</u> Pan Kcal. 467 h.c. 56,0 lip. 16,6 p. 23,1	23 Garbanzos estofados Tortilla de patata casera <u>Ensalada de lechuga</u> <u>Yogur natural</u> Pan Kcal. 571 h.c. 62,7 lip. 22,9 p. 25,4	24 Puré de calabacín ecológico Daditos de bacalao Ensalada del tiempo Yogur natural Pan integral Kcal. 507 h.c. 46,2 lip. 28,0 p. 17,7
27 Arroz tres delicias (huevo, guisantes, jamón cocido, zanahoria) Merluza al horno Ensalada de lechuga <u>Yogur natural</u> Pan Kcal. 467 h.c. 58,6 lip. 15,9 p. 23,1	28 Puré de calabaza ecológica Contramuslo de pollo en salsa de tomate y verduras Yogur natural Pan blanco Kcal. 437 h.c. 42,4 lip. 17,9 p. 26,0	29 Lentejas a la hortelana Tortilla francesa casera Ensalada del tiempo <u>Yogur natural</u> Pan blanco Kcal. 542 h.c. 49,4 lip. 26,2 p. 25,6	30 Ensalada campera Magro de cerdo con verduras <u>Yogur natural</u> Pan Kcal. 471 h.c. 44,4 lip. 17,8 p. 32,5	31 Macarrones con tomate <u>Abadejo enharinado (harina de maíz)</u> <u>Ensalada de lechuga</u> Helado de vainilla Pan integral Kcal. 500 h.c. 58,9 lip. 18,0 p. 26,3

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