

# Ausolan.

EL GARCIA PITA

No huevo

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

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1 Arroz con tomate Contramuslo de pollo al horno Ensalada verde Fruta de temporada Pan blanco <b>Kcal. 434 h.c. 63,3 lip. 12,1 p. 19,7</b>	2 Crema de calabacín Magro de cerdo con verduras Fruta de temporada Pan blanco <b>Kcal. 399 h.c. 45,6 lip. 13,5 p. 24,1</b>	3 Alubias blancas estofadas Palometa a la plancha Verduras salteadas (calabacín, cebolla y champiñón) Yogur natural Pan integral <b>Kcal. 467 h.c. 48,6 lip. 15,1 p. 30,6</b>
6 Puré de verdura Lomo adobado a la plancha Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan blanco <b>Kcal. 368 h.c. 42,6 lip. 12,2 p. 22,9</b>	7 Garbanzos con arroz Caballa en aceite Ensalada del tiempo Fruta de temporada Pan <b>Kcal. 459 h.c. 54,9 lip. 14,6 p. 26,3</b>	8 Brócoli rehogado con patatas Pollo guisado Fruta de temporada Pan blanco <b>Kcal. 356 h.c. 34,2 lip. 14,6 p. 22,0</b>	9 <u>Macarrones con tomate sin gluten</u> Merluza al horno Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan blanco <b>Kcal. 410 h.c. 59,7 lip. 12,4 p. 15,9</b>	10 Alubias pintas con verduras <u>Lacón al horno</u> Ensalada de colores Yogur natural Pan integral <b>Kcal. 511 h.c. 49,4 lip. 21,4 p. 26,3</b>
13 Arroz con tomate Lomo fresco en salsa de verduras Fruta de temporada Pan <b>Kcal. 452 h.c. 63,8 lip. 12,4 p. 22,8</b>	14 Lentejas estofadas Merluza en salsa de verdura Fruta de temporada Pan <b>Kcal. 407 h.c. 56,1 lip. 9,2 p. 23,7</b>	15 Judías verdes a la gallega Contramuslo de pollo en salsa de tomate y verduras Helado de vainilla Pan <b>Kcal. 388 h.c. 36,3 lip. 16,8 p. 22,9</b>	16 <u>Ensalada de pasta sin gluten</u> <u>Lomo fresco a la plancha</u> Ensalada verde Fruta de temporada Pan blanco <b>Kcal. 426 h.c. 55,2 lip. 14,4 p. 19,7</b>	17 Patatas guisadas <u>Abadejo enharinado (harina de maíz)</u> Ensalada del tiempo Fruta de temporada Pan integral <b>Kcal. 378 h.c. 44,1 lip. 12,9 p. 22,0</b>
20 Arroz con verdura Hamburguesa en salsa de tomate Fruta de temporada Pan <b>Kcal. 456 h.c. 67,3 lip. 14,5 p. 15,7</b>	21 Brócoli rehogado Ragout de pollo a la cazadora Fruta de temporada Pan <b>Kcal. 359 h.c. 34,9 lip. 14,7 p. 21,9</b>	22 <u>Macarrones con tomate sin gluten</u> Merluza al horno Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan <b>Kcal. 410 h.c. 59,7 lip. 12,4 p. 15,9</b>	23 Garbanzos estofados <u>Delicias de pavo</u> Ensalada verde Fruta de temporada Pan <b>Kcal. 419 h.c. 54,2 lip. 10,6 p. 25,1</b>	24 Puré de calabacín ecológico <u>Abadejo enharinado (harina de maíz)</u> Ensalada del tiempo Yogur natural Pan integral <b>Kcal. 423 h.c. 34,3 lip. 20,6 p. 25,4</b>
27 <u>Arroz con maíz y zanahoria</u> Merluza al horno Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan <b>Kcal. 420 h.c. 63,8 lip. 11,4 p. 16,8</b>	28 Puré de calabaza ecológica Contramuslo de pollo en salsa de tomate y verduras Yogur natural Pan <b>Kcal. 437 h.c. 42,4 lip. 17,9 p. 26,0</b>	29 Lentejas a la hortelana <u>Lacón al horno</u> Ensalada del tiempo Fruta de temporada Pan blanco <b>Kcal. 446 h.c. 53,9 lip. 14,9 p. 23,1</b>	30 <u>Ensalada de patata - dietas</u> Magro de cerdo con verduras Fruta de temporada Pan <b>Kcal. 409 h.c. 52,4 lip. 11,0 p. 24,9</b>	31 <u>Macarrones con tomate sin gluten</u> <u>Abadejo enharinado (harina de maíz)</u> Ensalada de colores Helado de vainilla Pan integral <b>Kcal. 501 h.c. 59,2 lip. 19,5 p. 23,1</b>

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