

Ausolan.

EI GARCIA PITA

No frutos secos, huevo, melón, prunidos, sandía

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 Ensalada verde <u>Pera</u> Pan blanco Kcal. 441 h.c. 64,9 lip. 12,2 p. 19,6	2 Crema de calabacín Magro de cerdo con verduras <u>Plátano</u> Pan blanco Kcal. 443 h.c. 56,3 lip. 13,6 p. 24,8	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 Lomo adobado a la plancha Ensalada de lechuga <u>Naranja</u> Pan blanco Kcal. 365 h.c. 41,1 lip. 12,3 p. 23,2	7 Garbanzos con arroz Caballa en aceite Ensalada del tiempo <u>Manzana</u> Pan blanco Kcal. 456 h.c. 54,5 lip. 14,4 p. 26,1	8 Brócoli rehogado con patatas Pollo guisado <u>Pera</u> Pan blanco Kcal. 362 h.c. 35,8 lip. 14,7 p. 21,9	9 <u>Macarrones con tomate sin gluten</u> Merluza al horno Ensalada de lechuga <u>Plátano</u> Pan blanco Kcal. 454 h.c. 70,4 lip. 12,5 p. 16,6	10 Alubias pintas con verduras <u>Lacón al horno</u> Ensalada de colores Yogur natural Pan integral Kcal. 511 h.c. 49,4 lip. 21,4 p. 26,3
13 Arroz con tomate Lomo fresco en salsa de verduras <u>Naranja</u> Pan blanco Kcal. 449 h.c. 62,3 lip. 12,5 p. 23,1	14 Lentejas estofadas Merluza en salsa de verdura <u>Manzana</u> Pan blanco Kcal. 403 h.c. 55,7 lip. 9,0 p. 23,5	15 Judías verdes a la gallega Contramuslo de pollo en salsa de tomate y verduras Helado de vainilla Pan blanco Kcal. 388 h.c. 36,3 lip. 16,8 p. 22,9	16 <u>Ensalada de pasta sin gluten</u> <u>Lomo fresco a la plancha</u> Ensalada verde <u>Plátano</u> Pan blanco Kcal. 470 h.c. 65,9 lip. 14,5 p. 20,4	17 Patatas guisadas <u>Abadejo enharinado (harina de maíz)</u> Ensalada del tiempo <u>Manzana</u> Pan integral Kcal. 374 h.c. 43,7 lip. 12,7 p. 21,8
20 Arroz con verdura Hamburguesa en salsa de tomate <u>Naranja</u> Pan blanco Kcal. 452 h.c. 65,8 lip. 14,6 p. 16,0	21 Brócoli rehogado Ragout de pollo a la cazadora <u>Manzana</u> Pan blanco Kcal. 355 h.c. 34,5 lip. 14,5 p. 21,7	22 <u>Macarrones con tomate sin gluten</u> Merluza al horno Ensalada de lechuga <u>Pera</u> Pan blanco Kcal. 417 h.c. 61,3 lip. 12,5 p. 15,8	23 Garbanzos estofados <u>Delicias de pavo</u> Ensalada verde <u>Plátano</u> Pan blanco Kcal. 463 h.c. 64,9 lip. 10,7 p. 25,8	24 Puré de calabacín ecológico <u>Abadejo enharinado (harina de maíz)</u> Ensalada del tiempo Yogur natural Pan integral Kcal. 423 h.c. 34,3 lip. 20,6 p. 25,4
27 <u>Arroz con maíz y zanahoria</u> Merluza al horno Ensalada de lechuga <u>Naranja</u> Pan blanco Kcal. 417 h.c. 62,3 lip. 11,5 p. 17,1	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 <u>Lacón al horno</u> Ensalada del tiempo <u>Pera</u> Pan blanco Kcal. 452 h.c. 55,5 lip. 15,0 p. 23,0	30 <u>Ensalada de patata - dietas</u> Magro de cerdo con verduras <u>Plátano</u> Pan blanco Kcal. 452 h.c. 63,1 lip. 11,1 p. 25,6	31 <u>Macarrones con tomate sin gluten</u> <u>Abadejo enharinado (harina de maíz)</u> Ensalada de colores Helado de vainilla Pan integral Kcal. 501 h.c. 59,2 lip. 19,5 p. 23,1

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