

Ausolan.

EI ADELA ABRINES

No frutos secos, huevo, leche y derivados, leguminosas, melón, pescado (si caballa, merluza, salmón), sandía

Octubre 2026

TURNO ESCUELA INFANTIL
Comida

FUNDACIÓN MONTEMADRID
E.I. ADELA ABRINES



- 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 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 <u>Arroz con maíz y zanahoria</u> <u>Delicias de pavo</u> Ensalada verde Plátano Pan blanco Kcal. 454 h.c. 76,2 lip. 8,5 p. 20,0	2 <u>Crema de calabaza</u> <u>Contramuslo de pollo a la plancha</u> Zanahoria <u>Manzana</u> Pan integral Kcal. 362 h.c. 43,6 lip. 12,4 p. 19,4
5 Crema de zanahoria ecológica Caballa en aceite Ensalada del tiempo Manzana Pan blanco Kcal. 367 h.c. 44,8 lip. 11,5 p. 21,0	6 <u>Sopa de ave con pasta sin gluten</u> <u>Pollo, ternera con patata y zanahoria</u> <u>Naranja</u> Pan integral Kcal. 428 h.c. 48,4 lip. 17,4 p. 19,7	7 Brócoli rehogado <u>Pollo enharinado (harina de maíz)</u> Ensalada verde Pera Pan blanco Kcal. 422 h.c. 41,9 lip. 18,2 p. 22,8	8 <u>Arroz con verduras - dietas</u> Merluza en salsa de tomate y patatas dado Plátano Pan blanco Kcal. 464 h.c. 77,7 lip. 9,7 p. 18,2	9 <u>Macarrones salteados sin gluten</u> <u>Contramuslo de pollo a la plancha</u> Ensalada de colores <u>Manzana</u> Pan integral Kcal. 450 h.c. 58,2 lip. 16,0 p. 19,3
12 Festivo	13 Crema de calabaza <u>Magro de cerdo en salsa</u> <u>Naranja</u> Pan integral Kcal. 420 h.c. 40,5 lip. 15,7 p. 29,9	14 Arroz con tomate Contramuslo de pollo a la plancha Ensalada verde Pera Pan blanco Kcal. 449 h.c. 64,9 lip. 12,4 p. 21,0	15 <u>Sopa de ave con pasta sin gluten</u> <u>Merluza enharinada (harina de maíz)</u> Ensalada de colores <u>Manzana</u> Pan blanco Kcal. 386 h.c. 42,3 lip. 17,0 p. 17,1	16 <u>Patatas quisadas con verduras</u> <u>Delicias de pavo</u> Ensalada de lechuga Plátano Pan integral Kcal. 350 h.c. 55,0 lip. 6,7 p. 19,0
19 Crema de calabacín <u>Magro de cerdo en salsa</u> Manzana Pan blanco Kcal. 400 h.c. 38,2 lip. 14,7 p. 29,4	20 <u>Macarrones con tomate sin gluten</u> <u>Merluza enharinada (harina de maíz)</u> Verduras salteadas (calabacín, cebolla y champiñón) <u>Naranja</u> Pan integral Kcal. 463 h.c. 62,5 lip. 16,6 p. 16,9	21 <u>Verduras salteadas</u> <u>Delicias de pavo</u> Ensalada verde Pera Pan blanco Kcal. 292 h.c. 37,2 lip. 8,6 p. 17,2	22 <u>Arroz con verduras - dietas</u> Contramuslo de pollo en salsa de tomate y verduras Plátano Pan blanco Kcal. 581 h.c. 76,3 lip. 16,0 p. 34,4	23 <u>Sopa de verdura con pasta sin gluten</u> <u>Delicias de pavo</u> Ensalada del tiempo Manzana Pan integral Kcal. 287 h.c. 40,3 lip. 7,3 p. 16,3
26 Arroz con tomate <u>Contramuslo de pollo a la plancha</u> Ensalada del tiempo Manzana Pan blanco Kcal. 432 h.c. 63,1 lip. 11,4 p. 20,8	27 <u>Coliflor con patatas</u> <u>Merluza enharinada (harina de maíz)</u> Ensalada verde <u>Naranja</u> Pan integral Kcal. 345 h.c. 33,5 lip. 16,5 p. 16,4	28 <u>Puré de verdura - dietas</u> Lacón al horno Ensalada de colores Pera Pan blanco Kcal. 403 h.c. 43,7 lip. 18,5 p. 16,0	29 <u>Sopa de ave con pasta sin gluten</u> <u>Pollo, ternera con patata y zanahoria</u> Plátano Pan blanco Kcal. 476 h.c. 61,4 lip. 17,1 p. 20,2	30 Brócoli rehogado <u>Lomo fresco a la plancha</u> <u>Manzana</u> Pan integral Kcal. 330 h.c. 35,7 lip. 11,5 p. 21,0

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