

Ausolan.

EI ADELA ABRINES

Bajo contenido en sal

Septiembre
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	2	3	4
7	8	9	10	11
<u>Arroz con champiñones</u> <u>Lomo fresco a la plancha</u> Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Manzana Pan blanco	Crema de zanahoria ecológica Escalope de pollo Patatas fritas Fruta de temporada Pan integral	Alubias blancas estofadas <u>Tortilla francesa casera</u> Ensalada de colores Pera Pan blanco	Sopa de cocido <u>Cocido completo - dietas</u> Plátano Pan blanco	Judías verdes rehogadas con patatas <u>Salmón al horno</u> Ensalada de lechuga Yogur natural Pan integral
Kcal. 432 h.c. 61,6 lip. 11,9 p. 20,7	Kcal. 422 h.c. 50,2 lip. 15,3 p. 20,8	Kcal. 523 h.c. 55,9 lip. 22,6 p. 21,2	Kcal. 608 h.c. 92,4 lip. 13,8 p. 25,4	Kcal. 437 h.c. 31,1 lip. 23,8 p. 24,1
14	15	16	17	18
Paella de verdura Tortilla francesa casera Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Yogur natural Pan blanco	Patatas guisadas <u>Ragout de pollo a la cazadora</u> Fruta de temporada Pan integral	Lentejas estofadas con verduras Salmón al horno Pera Pan blanco	Crema de verdura <u>Magro de cerdo en salsa</u> Manzana Pan blanco	Sopa ave con fideos Abadejo rebozado Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Plátano Pan integral
Kcal. 566 h.c. 60,5 lip. 27,7 p. 19,4	Kcal. 355 h.c. 45,2 lip. 10,0 p. 21,5	Kcal. 457 h.c. 53,6 lip. 14,5 p. 27,1	Kcal. 341 h.c. 42,6 lip. 9,2 p. 22,6	Kcal. 453 h.c. 51,3 lip. 18,3 p. 22,8
21	22	23	24	25
Brócoli rehogado <u>Lomo fresco a la plancha</u> Ensalada de lechuga Manzana Pan blanco	Sopa de cocido <u>Cocido completo - dietas</u> Fruta de temporada Pan integral	<u>Arroz con champiñones</u> Contramuslo de pollo a la plancha Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Pera Pan blanco	Lentejas estofadas con verduras Tortilla de patata casera Ensalada lechuga, aceitunas y pimiento verde Plátano Pan blanco	Patatas guisadas con verduras Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Yogur natural Pan integral
Kcal. 352 h.c. 36,7 lip. 13,4 p. 21,3	Kcal. 563 h.c. 80,9 lip. 14,0 p. 24,6	Kcal. 408 h.c. 63,6 lip. 9,2 p. 19,1	Kcal. 568 h.c. 77,5 lip. 18,0 p. 23,0	Kcal. 432 h.c. 43,2 lip. 19,6 p. 20,4
28	29	30		
Puré de calabacín ecológico <u>Lomo de cerdo al ajillo</u> Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Manzana Pan blanco	Sopa ave con fideo integral <u>Ragout de pollo a la cazadora</u> Fruta de temporada Pan integral	Lentejas con calabaza <u>Abadejo enharinado (harina de maíz)</u> Ensalada lechuga, aceitunas y pimiento verde Pera Pan blanco		
Kcal. 568 h.c. 39,5 lip. 25,4 p. 45,9	Kcal. 358 h.c. 38,6 lip. 13,8 p. 20,9	Kcal. 465 h.c. 54,4 lip. 13,9 p. 29,8		

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