

Ausolan.

EI ADELA ABRINES

No huevo, leche y derivados

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
Arroz con tomate <u>Lomo fresco a la plancha</u> Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Manzana Pan blanco	Crema de zanahoria ecológica <u>Pollo enharinado (harina de maíz)</u> Patatas fritas Fruta de temporada Pan integral	Alubias blancas estofadas <u>Lacón al horno</u> Ensalada de colores Pera Pan blanco	<u>Sopa de cocido con pasta sin gluten</u> Cocido completo Plátano Pan blanco	Judías verdes rehogadas con patatas Lomos de caballa en salsa de tomate <u>Yogur de soja natural</u> Pan integral
Kcal. 459 h.c. 63,1 lip. 14,2 p. 21,1	Kcal. 448 h.c. 52,2 lip. 16,7 p. 21,9	Kcal. 463 h.c. 56,1 lip. 15,2 p. 22,5	Kcal. 588 h.c. 83,6 lip. 16,9 p. 23,6	Kcal. 403 h.c. 29,3 lip. 18,2 p. 28,1
14	15	16	17	18
Paella de verdura <u>Delicias de pavo</u> Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz <u>Yogur de soja natural</u> Pan blanco	Patatas guisadas Estofado de pollo con verduras Fruta de temporada Pan integral	Lentejas estofadas con verduras Salmón al horno Pera Pan blanco	Crema de verdura <u>Macarrones con boloñesa de soja texturizada sin gluten</u> Manzana Pan blanco	<u>Sopa de ave con pasta sin gluten</u> <u>Abadejo enharinado (harina de maíz)</u> Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Plátano Pan integral
Kcal. 441 h.c. 58,0 lip. 11,8 p. 24,2	Kcal. 351 h.c. 44,5 lip. 9,9 p. 21,6	Kcal. 457 h.c. 53,6 lip. 14,5 p. 27,1	Kcal. 441 h.c. 77,7 lip. 8,8 p. 11,9	Kcal. 414 h.c. 49,4 lip. 14,7 p. 23,3
21	22	23	24	25
Brócoli rehogado Hamburguesa mixta a la plancha Ensalada de lechuga Manzana Pan blanco	<u>Sopa de cocido con pasta sin gluten</u> Cocido completo Fruta de temporada Pan integral	Arroz con tomate Contramuslo de pollo a la plancha Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Pera Pan blanco	Lentejas estofadas con verduras <u>Lacón al horno</u> Ensalada lechuga, aceitunas y pimiento verde Plátano Pan blanco	Patatas guisadas con verduras Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz <u>Yogur de soja natural</u> Pan integral
Kcal. 386 h.c. 40,1 lip. 18,2 p. 15,7	Kcal. 543 h.c. 72,1 lip. 17,1 p. 22,8	Kcal. 435 h.c. 65,1 lip. 11,5 p. 19,5	Kcal. 495 h.c. 64,4 lip. 15,7 p. 23,9	Kcal. 417 h.c. 40,3 lip. 17,9 p. 21,4
28	29	30		
Puré de calabacín ecológico Lacón al horno Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Manzana Pan blanco	<u>Sopa de ave con pasta sin gluten</u> Pollo guisado 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. 366 h.c. 39,3 lip. 16,7 p. 15,3	Kcal. 344 h.c. 39,1 lip. 11,6 p. 22,2	Kcal. 465 h.c. 54,4 lip. 13,9 p. 29,8		

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