

Ausolan.

EI ADELA ABRINES

No huevo, leguminosa

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 lechuga, aceitunas y pimiento verde Plátano Pan blanco Kcal. 454 h.c. 76,2 lip. 8,5 p. 20,0	2 <u>Crema de calabaza</u> Palometa con tomate y zanahoria Yogur natural Pan integral Kcal. 421 h.c. 39,0 lip. 18,9 p. 23,8
5 Crema de zanahoria ecológica Caballa en aceite Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria 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> Fruta de temporada Pan integral Kcal. 432 h.c. 49,9 lip. 17,3 p. 19,4	7 Brócoli rehogado <u>Pollo enharinado (harina de maíz)</u> Ensalada lechuga, aceitunas y pimiento 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 lechuga, aceitunas y maíz Yogur natural Pan integral Kcal. 489 h.c. 54,3 lip. 20,1 p. 23,3
12 Festivo	13 <u>Puré de calabaza</u> <u>Magro de cerdo en salsa</u> Fruta de temporada Pan integral Kcal. 423 h.c. 42,0 lip. 15,6 p. 29,6	14 Arroz con tomate Contramuslo de pollo a la plancha Ensalada lechuga, aceitunas y pimiento 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 lechuga, aceitunas y maíz Yogur natural Pan blanco Kcal. 425 h.c. 38,4 lip. 21,1 p. 21,1	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 <u>Crema de calabacín</u> <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>Abadejo enharinado (harina de maíz)</u> Verduras salteadas (calabacín, cebolla y champiñón) Fruta de temporada Pan integral Kcal. 469 h.c. 61,4 lip. 15,4 p. 22,2	21 <u>Verduras salteadas</u> <u>Delicias de pavo</u> Ensalada lechuga, aceitunas y pimiento 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>Lomo fresco a la plancha</u> Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Manzana Pan integral Kcal. 329 h.c. 38,7 lip. 11,9 p. 18,0
26 Arroz con tomate <u>Contramuslo de pollo a la plancha</u> Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria 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 lechuga, aceitunas y pimiento verde Fruta de temporada Pan integral Kcal. 349 h.c. 35,0 lip. 16,4 p. 16,1	28 <u>Puré de verdura - dietas</u> Lacón al horno Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz 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 Abadejo en salsa de verduras Yogur natural Pan integral Kcal. 366 h.c. 32,9 lip. 13,8 p. 27,0

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