

Ausolan.

EI ADELA ABRINES

No huevo, leguminosa

Septiembre 2026

TURNO ESCUELA INFANTIL

Comida

FUNDACIÓN MONTEMADRID

E.I. ADELA ABRINES



Festivo100% VegetalDía 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	<u>Macarrones salteados sin gluten</u> <u>Lacón al horno</u> Ensalada de colores Pera Pan blanco	<u>Sopa de ave con pasta sin gluten</u> <u>Pollo, ternera con patata y zanahoria</u> Plátano Pan blanco	<u>Verduras salteadas</u> Lomos de caballa en salsa de tomate Yogur natural 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. 558 h.c. 75,9 lip. 21,3 p. 16,3	Kcal. 384 h.c. 56,1 lip. 11,9 p. 14,8	Kcal. 372 h.c. 29,9 lip. 16,6 p. 25,7
14	15	16	17	18
<u>Arroz con verduras - dietas</u> <u>Delicias de pavo</u> Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Yogur natural Pan blanco	Patatas guisadas Estofado de pollo con verduras Fruta de temporada Pan integral	<u>Coliflor con patatas</u> Salmón al horno Ensalada de lechuga Pera Pan blanco	<u>Puré de verdura - dietas</u> <u>Magro de cerdo en salsa</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. 456 h.c. 60,6 lip. 13,5 p. 23,2	Kcal. 351 h.c. 44,5 lip. 9,9 p. 21,6	Kcal. 359 h.c. 33,6 lip. 16,6 p. 19,7	Kcal. 355 h.c. 39,8 lip. 11,9 p. 22,6	Kcal. 414 h.c. 49,4 lip. 14,7 p. 23,3
21	22	23	24	25
Brócoli rehogado <u>Lomo fresco a la plancha</u> Ensalada de lechuga Manzana Pan blanco	<u>Sopa de ave con pasta sin gluten</u> <u>Pollo, ternera con patata y zanahoria</u> Fruta de temporada Pan integral	Arroz con tomate Contramuslo de pollo a la plancha Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Pera Pan blanco	<u>Crema de calabacín</u> <u>Lacón al horno</u> Ensalada lechuga, aceitunas y pimiento verde Plátano Pan blanco	Patatas guisadas con verduras <u>Merluza enharinada (harina de maíz)</u> Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Yogur natural Pan integral
Kcal. 352 h.c. 36,7 lip. 13,4 p. 21,3	Kcal. 340 h.c. 44,6 lip. 12,1 p. 14,0	Kcal. 435 h.c. 65,1 lip. 11,5 p. 19,5	Kcal. 419 h.c. 50,2 lip. 17,7 p. 16,3	Kcal. 432 h.c. 43,0 lip. 19,7 p. 20,4
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> Estofado de pollo con verduras Fruta de temporada Pan integral	<u>Patatas con verduras - dietas</u> <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. 390 h.c. 46,8 lip. 13,1 p. 22,1		

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