

Ausolan.

EI ADELA ABRINES

No leche y derivados,
pescado

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 Arroz tres delicias (huevo, guisantes, jamón cocido, zanahoria) Tortilla francesa casera Ensalada lechuga, aceitunas y pimiento verde Plátano Pan blanco Kcal. 575 h.c. 74,9 lip. 23,3 p. 18,7	2 Alubias blancas estofadas <u>Contramuslo de pollo a la plancha</u> Zanahoria Yogur de soja natural Pan integral Kcal. 433 h.c. 46,8 lip. 10,8 p. 31,2
5 Crema de zanahoria ecológica <u>Delicias de pavo</u> Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Manzana Pan blanco Kcal. 317 h.c. 46,4 lip. 6,4 p. 18,2	6 Sopa de cocido Cocido completo Fruta de temporada Pan integral Kcal. 448 h.c. 56,3 lip. 15,9 p. 18,9	7 Brócoli rehogado Escalope de pollo Ensalada lechuga, aceitunas y pimiento verde Pera Pan blanco Kcal. 397 h.c. 39,9 lip. 16,8 p. 21,7	8 Paella de verdura (zanahoria, guisante, judía verde) <u>Magro de cerdo en salsa</u> Plátano Pan blanco Kcal. 528 h.c. 74,0 lip. 12,7 p. 31,5	9 Lentejas estofadas Tortilla de patata casera Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Yogur de soja natural Pan integral Kcal. 511 h.c. 49,9 lip. 21,5 p. 25,6
12 Festivo	13 Puré de calabaza Albóndigas en salsa de verduras (zanahoria, pimiento) Fruta de temporada Pan integral Kcal. 322 h.c. 44,6 lip. 12,4 p. 8,0	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 Sopa ave con fideos <u>Lomo fresco a la plancha</u> Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Yogur de soja natural Pan blanco Kcal. 396 h.c. 30,8 lip. 18,8 p. 24,2	16 Garbanzos estofados Tortilla francesa con pavo Ensalada de lechuga Plátano Pan integral Kcal. 562 h.c. 64,0 lip. 23,4 p. 23,1
19 Crema de calabacín Magro de cerdo con tomate, verduras y champiñón Manzana Pan blanco Kcal. 518 h.c. 50,8 lip. 18,3 p. 37,2	20 Macarrones con tomate <u>Pollo enharinado (harina de maíz)</u> Verduras salteadas (calabacín, cebolla y champiñón) Fruta de temporada Pan integral Kcal. 514 h.c. 64,0 lip. 17,8 p. 24,9	21 Judías verdes rehogadas con patatas <u>Delicias de pavo</u> Ensalada lechuga, aceitunas y pimiento verde Pera Pan blanco Kcal. 339 h.c. 39,5 lip. 11,9 p. 18,6	22 Paella de verdura (zanahoria, guisante, judía verde) Contramuslo de pollo en salsa de tomate y verduras Plátano Pan blanco Kcal. 581 h.c. 76,6 lip. 16,0 p. 34,4	23 Alubias blancas estofadas Tortilla de patata casera Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Manzana Pan integral Kcal. 457 h.c. 56,1 lip. 15,7 p. 19,7
26 Arroz con tomate Huevos revueltos con champiñones Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Manzana Pan blanco Kcal. 516 h.c. 64,4 lip. 22,4 p. 15,8	27 Lentejas estofadas con verduras <u>Contramuslo de pollo a la plancha</u> Ensalada lechuga, aceitunas y pimiento verde Fruta de temporada Pan integral Kcal. 416 h.c. 51,5 lip. 10,9 p. 27,0	28 Puré de verdura ecológico Lacón al horno Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Pera Pan blanco Kcal. 391 h.c. 46,5 lip. 15,8 p. 16,0	29 Sopa de cocido Cocido completo Plátano Pan blanco Kcal. 493 h.c. 67,8 lip. 15,7 p. 19,7	30 Brócoli rehogado <u>Lomo fresco a la plancha</u> Zanahoria Yogur de soja natural Pan integral Kcal. 389 h.c. 31,7 lip. 16,1 p. 26,4

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