

Ausolan.

El ALFREDO LOPEZ

Bajo contenido en sal, no arandonos, leguminosas

Octubre 2026

TURNO ESCUELA INFANTIL

Comida

FUNDACIÓN MONTEMADRID

E. I. ALFREDO LOPEZ



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 1352

Juntos en tu día a día

menuo.ausolan.com

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			1 Arroz con maíz y zanahoria Tortilla francesa casera Ensalada verde Plátano Pan blanco Kcal. 564 h.c. 75,8 lip. 22,7 p. 16,2	2 Crema de calabaza Palometa al horno Zanahoria Yogur natural Pan integral Kcal. 425 h.c. 39,8 lip. 19,0 p. 23,7
5 Crema de zanahoria ecológica Abadejo al horno Ensalada del tiempo Manzana Pan blanco Kcal. 350 h.c. 44,8 lip. 9,2 p. 21,7	6 Sopa de ave con pasta sin gluten Pollo, ternera con patata y zanahoria Naranja Pan integral Kcal. 428 h.c. 48,4 lip. 17,4 p. 19,7	7 Brócoli rehogado Pollo enharinado (harina de maíz) Ensalada verde Pera Pan blanco Kcal. 422 h.c. 41,9 lip. 18,2 p. 22,8	8 Arroz con verduras - dietas Merluza en salsa de zanahoria Plátano Pan blanco Kcal. 481 h.c. 77,2 lip. 11,6 p. 17,9	9 Macarrones salteados sin gluten Tortilla de patata casera Ensalada de colores Yogur natural Pan integral Kcal. 550 h.c. 59,1 lip. 27,4 p. 17,0
12 Festivo	13 Crema de calabaza Magro de cerdo en salsa Naranja Pan integral Kcal. 420 h.c. 40,5 lip. 15,7 p. 29,9	14 Arroz con champiñones Contramuslo de pollo a la plancha Ensalada verde Pera Pan blanco Kcal. 422 h.c. 63,4 lip. 10,1 p. 20,6	15 Sopa de ave con pasta sin gluten Merluza enharinada (harina de maíz) Ensalada de colores Yogur natural Pan blanco Kcal. 425 h.c. 38,4 lip. 21,1 p. 21,1	16 Patatas quisadas con verduras Tortilla francesa casera Ensalada de lechuga Plátano Pan integral Kcal. 461 h.c. 54,6 lip. 20,9 p. 15,2
19 Crema de calabacín Magro de cerdo en salsa Manzana Pan blanco Kcal. 400 h.c. 38,2 lip. 14,7 p. 29,4	20 Macarrones salteados sin gluten Abadejo enharinado (harina de maíz) Verduras salteadas (calabacín, cebolla y champiñón) Naranja Pan integral Kcal. 491 h.c. 58,7 lip. 19,1 p. 22,2	21 Verduras salteadas Delicias de pavo Ensalada verde Pera Pan blanco Kcal. 292 h.c. 37,2 lip. 8,6 p. 17,2	22 Arroz con verduras - dietas Contramuslo de pollo a la plancha Zanahoria Plátano Pan blanco Kcal. 470 h.c. 75,7 lip. 9,7 p. 21,5	23 Sopa de verdura con pasta sin gluten Tortilla de patata casera Ensalada del tiempo Manzana Pan integral Kcal. 362 h.c. 43,5 lip. 16,4 p. 11,4
26 Arroz con champiñones Revuelto de champiñones Ensalada del tiempo Manzana Pan blanco Kcal. 490 h.c. 62,9 lip. 20,1 p. 15,4	27 Coliflor con patatas Merluza enharinada (harina de maíz) Ensalada verde Merluza enharinada (harina de maíz) Pan integral Kcal. 442 h.c. 28,6 lip. 24,9 p. 26,0	28 Puré de verdura - dietas Lomo de cerdo al ajillo Ensalada de colores Pera Pan blanco Kcal. 398 h.c. 42,9 lip. 16,3 p. 20,3	29 Sopa de ave con pasta sin gluten Pollo, ternera con patata y zanahoria 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.