



- 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 1354

Juntos en tu día a día
menuo.ausolan.com

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1	2	3	4
7 KmO Arroz con tomate Lomo adobado a la plancha Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Manzana Pan blanco Kcal. 474 h.c. 63,1 lip. 14,7 p. 23,9	8 Ekü KmO Crema de zanahoria ecológica Escalope de pollo Patatas fritas Fruta de temporada Pan integral Kcal. 422 h.c. 50,2 lip. 15,3 p. 20,8	9 KmO Alubias blancas estofadas Tortilla de jamón cocido Ensalada de colores Pera Pan blanco Kcal. 465 h.c. 55,0 lip. 15,7 p. 22,9	10 KmO Sopa de cocido Cocido completo Plátano Pan blanco Kcal. 591 h.c. 83,0 lip. 16,9 p. 24,8	11 KmO Judías verdes rehogadas con patatas Lomos de caballa en salsa de tomate Yogur natural Pan integral Kcal. 418 h.c. 32,2 lip. 19,9 p. 27,1
14 KmO Paella de verdura Tortilla francesa casera Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Yogur natural Pan blanco Kcal. 566 h.c. 60,5 lip. 27,7 p. 19,4	15 Patatas guisadas Estofado de pollo con verduras Fruta de temporada Pan integral Kcal. 351 h.c. 44,5 lip. 9,9 p. 21,6	16 KmO Lentejas estofadas con verduras Salmón al horno Ensalada de lechuga Pera Pan blanco Kcal. 478 h.c. 53,8 lip. 16,7 p. 27,3	17 KmO Ekü Crema de verdura Macarrones con boloñesa de soja texturizada Manzana Pan blanco Kcal. 450 h.c. 76,5 lip. 9,0 p. 14,7	18 Sopa ave con fideos Abadejo rebozado Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Plátano Pan integral Kcal. 453 h.c. 51,3 lip. 18,3 p. 22,8
21 KmO Brócoli rehogado Hamburguesa mixta a la plancha Ensalada de lechuga Manzana Pan blanco Kcal. 386 h.c. 40,1 lip. 18,2 p. 15,7	22 KmO Sopa de cocido Cocido completo Fruta de temporada Pan integral Kcal. 546 h.c. 71,5 lip. 17,1 p. 24,0	23 KmO Arroz con tomate Contramuslo de pollo a la plancha Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Pera Pan blanco Kcal. 435 h.c. 65,1 lip. 11,5 p. 19,5	24 KmO Lentejas estofadas con verduras Tortilla de patata casera Ensalada lechuga, aceitunas y pimiento verde Plátano Pan blanco Kcal. 568 h.c. 77,5 lip. 18,0 p. 23,0	25 KmO Patatas guisadas con verduras Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Yogur natural Pan integral Kcal. 432 h.c. 43,2 lip. 19,6 p. 20,4
28 Ekü KmO Puré de calabacín ecológico Lacón al horno Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Manzana Pan blanco Kcal. 366 h.c. 39,3 lip. 16,7 p. 15,3	29 KmO Sopa ave con fideo integral Estofado de pollo con verduras Fruta de temporada Pan integral Kcal. 354 h.c. 37,9 lip. 13,7 p. 21,0	30 KmO Lentejas con calabaza Daditos de bacalao Ensalada lechuga, aceitunas y pimiento verde Pera Pan blanco Kcal. 549 h.c. 66,3 lip. 21,3 p. 22,1		