

Ausolan.

El GARCIA PITA

No cerdo, vacuno

Octubre 2026

Turno Escuela Infantil

Comida

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 más 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 <u>Arroz con maíz y zanahoria</u> Tortilla francesa casera Ensalada verde Plátano Pan blanco Kcal. 564 h.c. 75,8 lip. 22,7 p. 16,2	2 Alubias blancas estofadas Palometa con tomate Yogur natural Pan integral Kcal. 468 h.c. 49,0 lip. 14,9 p. 30,6
5 Crema de zanahoria ecológica Caballa en aceite Ensalada del tiempo Manzana Pan blanco Kcal. 367 h.c. 44,8 lip. 11,5 p. 21,0	6 <u>Sopa de ave con fideos - especial</u> <u>Garbanzos con fritada</u> Fruta de temporada Pan integral Kcal. 385 h.c. 60,7 lip. 8,1 p. 15,9	7 Brócoli rehogado Escalope de pollo Ensalada verde Pera Pan blanco Kcal. 397 h.c. 39,9 lip. 16,8 p. 21,7	8 Paella de verdura (zanahoria, guisante, judía verde) Merluza en salsa de tomate y patatas dado Plátano Pan blanco Kcal. 464 h.c. 78,0 lip. 9,7 p. 18,2	9 Lentejas estofadas con verduras Tortilla de patata casera Ensalada de colores Yogur natural Pan integral Kcal. 526 h.c. 52,8 lip. 23,2 p. 24,6
12 Festivo	13 Crema de calabaza <u>Hamburguesa vegetal a la plancha</u> Zanahoria Fruta de temporada Pan integral Kcal. 419 h.c. 55,0 lip. 18,5 p. 8,1	14 Arroz con tomate Contramuslo de pollo a la plancha Ensalada verde Pera Pan blanco Kcal. 449 h.c. 64,9 lip. 12,4 p. 21,0	15 <u>Sopa de ave con fideos - especial</u> Merluza rebozada Ensalada de colores Yogur natural Pan blanco Kcal. 460 h.c. 38,9 lip. 23,7 p. 22,9	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 <u>Huevo revuelto</u> Champiñones Manzana Pan blanco Kcal. 368 h.c. 38,0 lip. 17,2 p. 16,0	20 Macarrones con tomate Abadejo rebozado Verduras salteadas (calabacín, cebolla y champiñón) Fruta de temporada Pan integral Kcal. 518 h.c. 64,9 lip. 17,1 p. 26,6	21 Judías verdes rehogadas con patatas Hamburguesa vegetal a la plancha Ensalada verde Pera Pan blanco Kcal. 421 h.c. 49,4 lip. 20,6 p. 9,1	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 del tiempo Manzana Pan integral Kcal. 457 h.c. 56,1 lip. 15,7 p. 19,7
26 Arroz con tomate Revuelto de champiñones Ensalada del tiempo Manzana Pan blanco Kcal. 516 h.c. 64,4 lip. 22,4 p. 15,8	27 Lentejas estofadas con verduras Merluza rebozada Ensalada verde Fruta de temporada Pan integral Kcal. 497 h.c. 56,1 lip. 19,0 p. 24,6	28 Puré de verdura ecológico <u>Tortilla de patata casera</u> Ensalada de colores Pera Pan blanco Kcal. 416 h.c. 49,9 lip. 18,1 p. 13,6	29 <u>Sopa de ave con fideos - especial</u> <u>Garbanzos con fritada</u> Plátano Pan blanco Kcal. 430 h.c. 72,2 lip. 7,9 p. 16,7	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.