

Ausolan.

El GARCIA PITA

No tomate

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 Arroz tres delicias (huevo, guisantes, jamón cocido, zanahoria) Tortilla francesa casera Plátano Pan blanco Kcal. 546 h.c. 74,6 lip. 20,4 p. 18,4	2 Alubias blancas estofadas - dietas Palometa al horno Zanahoria Yogur natural Pan integral Kcal. 461 h.c. 48,3 lip. 14,7 p. 30,3
5 Crema de zanahoria ecológica Caballa en aceite Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Manzana Pan blanco Kcal. 367 h.c. 44,8 lip. 11,5 p. 21,0	6 Sopa de ave con fideos - especial Cocido completo - dietas Fruta de temporada Pan integral Kcal. 443 h.c. 58,8 lip. 15,1 p. 16,7	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 Arroz con calabacín Merluza en salsa de zanahoria Plátano Pan blanco Kcal. 466 h.c. 77,1 lip. 10,3 p. 17,7	9 Lentejas estofadas - dietas Tortilla de patata casera Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Yogur natural Pan integral Kcal. 509 h.c. 54,9 lip. 20,2 p. 25,1
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 champiñones Contramuslo de pollo a la plancha Ensalada lechuga, aceitunas y pimiento verde Pera Pan blanco Kcal. 422 h.c. 63,4 lip. 10,1 p. 20,6	15 Sopa de ave con fideos - especial Merluza rebozada Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Yogur natural Pan blanco Kcal. 460 h.c. 38,9 lip. 23,7 p. 22,9	16 Garbanzos estofados - dietas Tortilla francesa con pavo Ensalada de lechuga Plátano Pan integral Kcal. 532 h.c. 62,5 lip. 21,0 p. 22,9
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 Abadejo rebozado Verduras salteadas (calabacín, cebolla y champiñón) Fruta de temporada Pan integral Kcal. 470 h.c. 61,6 lip. 13,8 p. 25,6	21 Judías verdes rehogadas con patatas Hamburguesa vegetal a la plancha Ensalada lechuga, aceitunas y pimiento verde Pera Pan blanco Kcal. 421 h.c. 49,4 lip. 20,6 p. 9,1	22 Arroz con calabacín Contramuslo de pollo a la plancha Zanahoria Plátano Pan blanco Kcal. 455 h.c. 75,6 lip. 8,4 p. 21,3	23 Alubias blancas estofadas - dietas Tortilla de patata casera Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Manzana Pan integral Kcal. 446 h.c. 54,6 lip. 15,4 p. 19,5
26 Arroz con champiñones Huevos revueltos con champiñones Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Manzana Pan blanco Kcal. 490 h.c. 62,9 lip. 20,1 p. 15,4	27 Lentejas estofadas - dietas Merluza rebozada Ensalada lechuga, aceitunas y pimiento verde Fruta de temporada Pan integral Kcal. 481 h.c. 58,2 lip. 16,0 p. 25,1	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 ave con fideos - especial Cocido completo - dietas Plátano Pan blanco Kcal. 488 h.c. 70,3 lip. 14,9 p. 17,5	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.