Ausolan.

EI ADELA ABRINES

No azúcar

Noviembre 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
2 **Festivo**	3 Crema de zanahoria ecológica Tortilla de patata casera Ensalada verde Manzana Pan integral **Kcal. 397 h.c. 48,6 lip. 16,5 p. 13,3**	4 Lentejas estofadas - dietas Abadejo rebozado Ensalada de lechuga Pera Pan blanco **Kcal. 481 h.c. 59,9 lip. 12,9 p. 30,7**	5 Macarrones salteados Pollo asado Ensalada de lechuga Yogur natural Pan blanco **Kcal. 462 h.c. 53,0 lip. 18,3 p. 21,5**	6 Sopa de ave con arroz Lomo fresco en salsa de verduras Plátano Pan integral **Kcal. 373 h.c. 49,7 lip. 10,8 p. 21,7**
9 **Kcal. 431 h.c. 37,0 lip. 25,1 p. 14,6**	10 Judías verdes rehogadas con patatas Tortilla francesa casera Ensalada de lechuga Manzana Pan blanco	11 Crema de calabaza Contramuslo de pollo a la plancha Ensalada verde Pera Pan blanco **Kcal. 368 h.c. 43,9 lip. 13,1 p. 19,5**	12 Arroz con champiñones Merluza en salsa de verdura Yogur natural Pan blanco **Kcal. 441 h.c. 61,3 lip. 12,5 p. 21,1**	13 Alubias blancas estofadas - dietas Nuggets de brócoli Ensalada de lechuga Plátano Pan integral **Kcal. 584 h.c. 72,6 lip. 22,9 p. 19,5**
16 Lentejas estofadas - dietas Lomo fresco a la plancha Manzana ecológica Pan blanco **Kcal. 387 h.c. 51,7 lip. 7,3 p. 27,3**	17 Arroz blanco Escalope de pollo Ensalada verde Naranja Pan integral **Kcal. 467 h.c. 60,3 lip. 16,4 p. 21,1**	18 Crema de calabacín Tortilla francesa casera Ensalada de lechuga Pera Pan blanco **Kcal. 434 h.c. 40,8 lip. 24,4 p. 14,1**	19 Brócoli rehogado Hamburguesa mixta a la plancha Ensalada de lechuga Yogur natural Pan blanco **Kcal. 396 h.c. 35,4 lip. 20,0 p. 17,9**	20 Puré de verdura Ragout de pollo a la cazadora Plátano Pan integral **Kcal. 499 h.c. 57,0 lip. 15,8 p. 33,4**
23 Crema de calabacín Tortilla de patata casera Ensalada de lechuga Manzana Pan blanco **Kcal. 389 h.c. 42,4 lip. 19,0 p. 12,9**	24 Arroz blanco Salmón al horno Ensalada de lechuga Pera Pan integral **Kcal. 498 h.c. 62,2 lip. 18,5 p. 22,6**	25 Alubias blancas estofadas - dietas Pollo al horno con salsa de setas Ensalada de lechuga Naranja Pan blanco **Kcal. 408 h.c. 51,9 lip. 10,9 p. 22,6**	26 Judías verdes rehogadas con patatas Merluza en salsa de calabacín Yogur natural Pan blanco **Kcal. 398 h.c. 35,5 lip. 18,9 p. 20,5**	27 Sopa de ave con fideos - especial Cocido completo - dietas Plátano Pan integral **Kcal. 487 h.c. 69,5 lip. 15,2 p. 17,4**
30 Crema de zanahoria Espirales de lentejas con refrito Manzana Pan blanco **Kcal. 399 h.c. 76,1 lip. 5,2 p. 10,7**				

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

Escolar-mes5-1opc-C-comm