Ausolan.

EI ADELA ABRINES

No huevo, leche y derivados

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 Contramuslo de pollo a la plancha Ensalada lechuga, aceitunas y pimiento verde Manzana Pan integral **Kcal. 337 h.c. 43,8 lip. 9,2 p. 19,6**	4 Lentejas estofadas Abadejo enharinado (harina de maíz) Ensalada de lechuga Pera Pan blanco **Kcal. 469 h.c. 54,9 lip. 14,5 p. 29,2**	5 Macarrones con tomate sin gluten Pollo asado Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Yogur de soja natural Pan blanco **Kcal. 496 h.c. 53,7 lip. 21,4 p. 20,3**	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	10 Judías verdes a la gallega Delicias de pavo Ensalada de remolacha (Lechuga, remolacha y zanahoria) Manzana Pan blanco **Kcal. 324 h.c. 37,8 lip. 10,9 p. 18,5**	11 Crema de calabaza Contramuslo de pollo a la plancha Ensalada lechuga, aceitunas y pimiento verde Pera Pan blanco **Kcal. 368 h.c. 43,9 lip. 13,1 p. 19,5**	12 Paella de verdura (zanahoria, guisante, judía verde) Merluza en salsa de verdura Yogur de soja natural Pan blanco **Kcal. 432 h.c. 59,4 lip. 11,1 p. 22,1**	13 Alubias blancas con verdura Lomo de cerdo enharinado (harina de maíz) Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Plátano Pan integral **Kcal. 552 h.c. 66,1 lip. 18,7 p. 27,8**
16 Lentejas estofadas con verduras Lomos de caballa en salsa de tomate Manzana ecológica Pan blanco **Kcal. 441 h.c. 50,9 lip. 12,5 p. 30,1**	17 Arroz con tomate Pollo enharinado (harina de maíz) Ensalada lechuga, aceitunas y pimiento verde Naranja Pan integral **Kcal. 516 h.c. 64,1 lip. 19,3 p. 22,9**	18 Puré de alubias blancas Delicias de pavo Ensalada de lechuga Pera Pan blanco **Kcal. 410 h.c. 55,4 lip. 8,7 p. 24,8**	19 Brócoli rehogado Hamburguesa mixta a la plancha Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Yogur de soja natural Pan blanco **Kcal. 382 h.c. 32,8 lip. 18,3 p. 18,9**	20 Puré de verdura Macarrones con boloñesa de soja texturizada sin gluten Plátano Pan integral **Kcal. 487 h.c. 88,0 lip. 9,4 p. 12,7**
23 Crema de calabacín Delicias de pavo Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Manzana Pan blanco **Kcal. 335 h.c. 40,1 lip. 11,7 p. 18,0**	24 Arroz con maíz y zanahoria Salmón al horno Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Pera Pan integral **Kcal. 507 h.c. 64,9 lip. 17,9 p. 22,9**	25 Alubias blancas estofadas Pollo al horno con salsa de setas Ensalada de lechuga Naranja Pan blanco **Kcal. 419 h.c. 53,4 lip. 11,2 p. 22,8**	26 Judías verdes rehogadas con patatas Merluza en salsa de calabacín Yogur de soja natural Pan blanco **Kcal. 382 h.c. 32,6 lip. 17,2 p. 21,5**	27 Sopa de cocido con pasta sin gluten Cocido completo Plátano Pan integral **Kcal. 500 h.c. 70,1 lip. 16,0 p. 18,8**
30 Crema de zanahoria Macarrones con boloñesa de lentejas sin gluten Manzana Pan blanco **Kcal. 421 h.c. 80,8 lip. 6,4 p. 9,3**				

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

Escolar-mes5-1opc-C-comm