Ausolan.

EI ADELA ABRINES

No frutos secos, huevo, leche y derivados, leguminosas, melón, pescado (si caballa, merluza, salmón), sandía

Noviembre 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 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 Patatas con verduras - dietas Merluza enharinada (harina de maíz) Ensalada de lechuga Pera Pan blanco **Kcal. 380 h.c. 49,3 lip. 13,5 p. 16,4**	5 Macarrones con tomate sin gluten Pollo asado Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Manzana Pan blanco **Kcal. 472 h.c. 60,5 lip. 19,0 p. 15,3**	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 Verduras salteadas Delicias de pavo Ensalada de remolacha (Lechuga, remolacha y zanahoria) Manzana Pan blanco **Kcal. 277 h.c. 35,5 lip. 7,6 p. 17,1**	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 Arroz con verduras - dietas Merluza en salsa de verdura Manzana Pan blanco **Kcal. 407 h.c. 65,9 lip. 8,7 p. 17,1**	13 Patatas con calabacín y puerro Lomo de cerdo enharinado (harina de maíz) Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Plátano Pan integral **Kcal. 507 h.c. 60,3 lip. 20,3 p. 21,9**
16 Sopa de verdura con pasta sin gluten Lomos de caballa en salsa de tomate Manzana ecológica Pan blanco **Kcal. 337 h.c. 38,3 lip. 11,6 p. 21,1**	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 Crema de calabacín Delicias de pavo Ensalada de lechuga Pera Pan blanco **Kcal. 323 h.c. 41,2 lip. 10,2 p. 17,9**	19 Brócoli rehogado Magro de cerdo en salsa Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Manzana Pan blanco **Kcal. 420 h.c. 37,8 lip. 15,8 p. 31,4**	20 Puré de verdura - dietas Ragout de pollo a la cazadora Plátano Pan integral **Kcal. 512 h.c. 54,2 lip. 18,5 p. 33,4**
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 Macarrones con tomate sin gluten Pollo al horno con salsa de setas Ensalada de lechuga Naranja Pan blanco **Kcal. 426 h.c. 60,9 lip. 13,4 p. 16,2**	26 Verduras salteadas Merluza en salsa de calabacín Manzana Pan blanco **Kcal. 311 h.c. 37,1 lip. 11,5 p. 15,1**	27 Sopa de ave con pasta sin gluten Pollo, ternera con patata y zanahoria Plátano Pan integral **Kcal. 475 h.c. 60,6 lip. 17,4 p. 20,1**
30 Crema de zanahoria Macarrones sin gluten con chorizo Manzana Pan blanco **Kcal. 444 h.c. 80,0 lip. 8,9 p. 10,4**				

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

Escolar-mes5-1opc-C-comm