



- Festivo
- 100% Vegetal
- Día especial

(*) Fruta fresca variada: Naranja, manzana, pera, plátano, fruta de temporada.
Valoración nutricional: Turno infantil - Ración 7-12 años.

Juntos en tu día a día
menuo.ausolan.com

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
4 Judías verdes rehogadas Albóndigas en salsa de tomate Ensalada del tiempo Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 592 h.c. 60,0 lip. 30,3 p. 16,5	5 Crema de calabacín Salchichas de pavo al horno Ensalada de lechuga Yogur de sabor Pan integral Kcal. 759 h.c. 63,1 lip. 46,4 p. 23,3	6 Lenteja con arroz integral Croquetas de bacalao Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 630 h.c. 96,9 lip. 16,5 p. 22,0	7 Macarrones con tomate Merluza en salsa de tomate y patatas Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 601 h.c. 90,2 lip. 15,0 p. 26,0	8 Alubias pintas con verduras Tortilla de patata casera Ensalada de colores Fruta de temporada Pan integral Kcal. 818 h.c. 95,2 lip. 31,7 p. 30,9
11 Crema de verdura Caballa Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 503 h.c. 57,5 lip. 17,1 p. 30,0	12 Arroz con tomate Pollo a la cazadora Fruta de temporada Pan integral Kcal. 612 h.c. 90,4 lip. 17,7 p. 23,9	13 Alubias blancas estofadas Hamburguesa a la plancha Ensalada del tiempo Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 664 h.c. 77,7 lip. 23,6 p. 30,0	14 Patatas guisadas con verduras Revuelto de huevos con jamón cocido Ensalada de colores Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 658 h.c. 64,7 lip. 33,6 p. 23,9	15 Sopa de cocido Cocido completo Yogur natural Pan integral Kcal. 820 h.c. 95,0 lip. 29,2 p. 39,0
18 Crema Vichy Tortilla con calabacín Ensalada de colores Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 664 h.c. 67,3 lip. 33,7 p. 21,3	19 Macarrones con verduras Salmón en salsa de soja Fruta de temporada Pan integral Kcal. 731 h.c. 84,8 lip. 27,3 p. 36,1	20 Lentejas con boniato Contramuslo de pollo al ajillo Ensalada del tiempo Yogur de sabor Pan blanco Kcal. 664 h.c. 84,8 lip. 17,8 p. 39,4	21 Paella de verdura Abadejo rebozado Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 699 h.c. 92,7 lip. 22,0 p. 33,8	22 Fabada Calamares a la romana Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan integral Kcal. 791 h.c. 92,1 lip. 32,0 p. 28,6
25 Espaguetis con tomate Merluza al horno Ensalada de colores Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 682 h.c. 87,4 lip. 24,2 p. 28,0	26 Lentejas a la hortelana Pollo asado al limón Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan integral Kcal. 638 h.c. 71,1 lip. 24,2 p. 32,0	27 Arroz tres delicias Tortilla francesa casera Ensalada verde Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 750 h.c. 89,1 lip. 32,9 p. 25,5	28 Crema Dubarry Magro a la cordobesa Yogur natural Pan blanco Kcal. 552 h.c. 62,2 lip. 15,1 p. 39,6	29 Sopa de cocido con fideos integrales Cocido completo Fruta de temporada Pan integral Kcal. 797 h.c. 101,1 lip. 25,3 p. 35,9