



- 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
1 Crema de verdura Albóndigas a la jardinera Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 490 h.c. 65,7 lip. 17,8 p. 14,5	2 Lentejas a la castellana Abadejo rebozado Ensalada del tiempo Fruta de temporada Pan integral Kcal. 713 h.c. 75,3 lip. 24,2 p. 46,6	3 Arroz con tomate Contramuslo de pollo al ajillo Ensalada de lechuga Yogur natural Pan blanco Kcal. 640 h.c. 82,0 lip. 21,7 p. 29,6	4 Sopa de cocido Cocido completo Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 794 h.c. 102,3 lip. 24,9 p. 35,5	5 Patatas guisadas con verduras Huevo revuelto Ensalada de colores Fruta de temporada Pan integral Kcal. 530 h.c. 59,7 lip. 22,1 p. 23,2
8 Lentejas estofadas Tortilla francesa casera Ensalada verde Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 721 h.c. 73,5 lip. 32,7 p. 31,2	9 Espaguetis con tomate Daditos de bacalao Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan integral Kcal. 798 h.c. 101,1 lip. 32,6 p. 24,8	10 Brócoli salteado Pollo asado Ensalada de colores Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 536 h.c. 38,4 lip. 31,2 p. 24,0	11 Alubias pintas con arroz integral Palometa con tomate Fruta ecológica Pan blanco Kcal. 604 h.c. 76,2 lip. 14,9 p. 37,0	12 Puré de puerro Lacón al horno Ensalada del tiempo Yogur natural Pan integral Kcal. 576 h.c. 66,2 lip. 21,2 p. 28,2
15 Patatas con choco Hamburguesa en salsa primavera Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 544 h.c. 65,2 lip. 21,2 p. 23,4	16 Arroz milanés Caballa Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan integral Kcal. 702 h.c. 86,7 lip. 23,6 p. 36,6	17 Alubias blancas estofadas Tortilla de patata casera Ensalada de colores Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 745 h.c. 93,7 lip. 24,5 p. 30,9	18 Crema de zanahoria Magro de cerdo en salsa Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 492 h.c. 61,4 lip. 12,6 p. 32,3	19 Macarrones con tomate Nuggets de pollo Ensalada del tiempo Yogur Pan integral Kcal. 869 h.c. 98,7 lip. 37,6 p. 34,5
22 Festivo	23 Festivo	24 Festivo	25 Festivo	26 Festivo
29 Festivo	30 Festivo			