

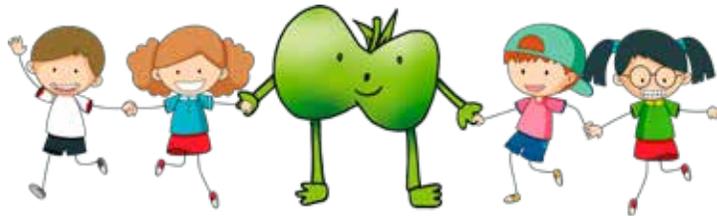
Lunes

Martes

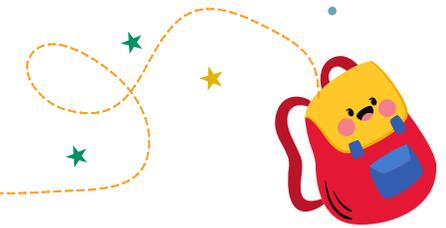
Miércoles

Jueves

Viernes



## Vuelta al cole



<p><b>11</b> <u>KCal.759 / HC.100 / Lip.29 / Prt.24</u> Macarrones con sofrito de tomate Albóndigas mixtas a la jardinera Fruta fresca de temporada</p>	<p><b>12</b> <u>KCal.733 / HC.92 / Lip.29 / Prt.26</u> Lentejas con puerro, calabacín y zanahoria guisadas con pimentón Tortilla de patata con atún Ensalada de lechuga Fruta fresca de temporada</p>	<p><b>13</b> <u>KCal.682 / HC.88 / Lip.26 / Prt.24</u> Judías verdes con refrito de ajitos y tomate Ragout de cerdo guisado con pimientos, guisantes, zanahorias y patata Fruta fresca de temporada</p>	<p><b>14</b> <u>KCal.703 / HC.94 / Lip.21 / Prt.34</u> Fabas estofadas con calabacín, puerro, zanahoria y pimentón Centros de merluza con salsa de calabacín Yogur</p>	<p><b>15</b> <u>KCal.647 / HC.85 / Lip.23 / Prt.25</u> Crema de calabaza, patata y zanahoria Pollo asado acompañado de champiñones Fruta fresca de temporada</p>
<p><b>18</b> <u>KCal.699 / HC.88 / Lip.27 / Prt.27</u> Menestra de verduras con coliflor, judías, guisantes y zanahorias Lomo adobado a la plancha con patatas asadas Fruta fresca de temporada</p>	<p><b>19</b> <u>KCal.682 / HC.87 / Lip.26 / Prt.25</u> Potaje de garbanzos con verduras de temporada Merluza en salsa marinera con guisantes Fruta fresca de temporada</p>	<p><b>20</b> <u>KCal.678 / HC.88 / Lip.26 / Prt.23</u> Espirales con queso y salsa de tomate Hamburguesa mixta al horno con salsa de verduras Fruta fresca de temporada</p>	<p><b>21</b> <u>KCal.661 / HC.87 / Lip.23 / Prt.26</u> Fabas pintas a la jardinera con puerro, calabacín y zanahoria Tortilla de patata Ensalada de lechuga Yogur</p>	<p><b>22</b> <u>KCal.703 / HC.96 / Lip.25 / Prt.23</u> Arroz con sofrito de tomate Medallón de salmón y calabaza en salsa Fruta fresca de temporada</p>
<p><b>25</b> <u>KCal.697 / HC.91 / Lip.25 / Prt.27</u> Macarrones con salsa de tomate Jamón de cerdo asado con verduras y patatas Fruta fresca de temporada</p>	<p><b>26</b> <u>KCal.751 / HC.99 / Lip.28 / Prt.27</u> Lentejas con puerro, calabacín y zanahoria guisadas con pimentón Filete de merluza empanado Ensalada de lechuga Fruta fresca de temporada</p>	<p><b>27</b> <u>KCal.658 / HC.89 / Lip.22 / Prt.26</u> Patatas guisadas con ternera Tortilla francesa con zanahoria baby Fruta fresca de temporada</p>	<p><b>28</b> <u>KCal.680 / HC.91 / Lip.23 / Prt.27</u> Sopa de ave con fideos Cocido de garbanzos con su compango Ensalada de lechuga Yogur</p>	<p><b>29</b> <u>KCal.665 / HC.86 / Lip.25 / Prt.24</u> Puré de calabacín Jamóncitos de pollo al limón con patatas Fruta fresca de temporada</p>



El menú incluye agua y pan. Estos menús han sido revisados y aprobados por la dietista-nutricionista colegiada CYL00134. Por causa de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú.

Uso de sal yodada en la elaboración de los platos

Frutas de temporada: manzana, pera, plátano, naranja

Se sirven las cantidades acordes a la edad de los niños, lo cual modifica la calibración de cada franja de edad (entre 3 y 8 años corresponde a un 80% de la calibración)



## Lunes



**6** KCal.759 / HC.100 / Lip.29 / Prt.24  
 Macarrones con sofrito de tomate  
 Albóndigas mixtas a la jardinera  
 Fruta fresca de temporada

**13** KCal.699 / HC.88 / Lip.27 / Prt.27  
 Menestra de verduras con coliflor, judías, guisantes y zanahorias  
 Lomo adobado a la plancha con patatas asadas  
 Fruta fresca de temporada

**20** KCal.697 / HC.91 / Lip.25 / Prt.27  
 Macarrones con salsa de tomate  
 Jamón de cerdo asado con verduras y patatas  
 Fruta fresca de temporada

**27** KCal.710 / HC.94 / Lip.26 / Prt.25  
 Arroz con sofrito de tomate  
 Albóndigas de pescado en salsa de pimienta verde y perejil  
 Fruta fresca de temporada

## Martes



**7** KCal.733 / HC.92 / Lip.29 / Prt.26  
 Lentejas con puerro, calabacín y zanahoria guisadas con pimentón  
 Tortilla de patata con atún  
 Ensalada de lechuga  
 Fruta fresca de temporada

**14** KCal.682 / HC.87 / Lip.26 / Prt.25  
 Potaje de garbanzos con verduras de temporada  
 Merluza en salsa marinera con guisantes  
 Fruta fresca de temporada

**21** KCal.751 / HC.99 / Lip.28 / Prt.27  
 Lentejas con puerro, calabacín y zanahoria guisadas con pimentón  
 Filete de merluza empanado  
 Ensalada de lechuga  
 Fruta fresca de temporada

**28** KCal.733 / HC.92 / Lip.29 / Prt.26  
 Fabas pintas estofadas con puerro, calabacín y zanahoria  
 Tortilla de patata  
 Ensalada de lechuga  
 Fruta fresca de temporada

## Miércoles



**8** KCal.682 / HC.88 / Lip.26 / Prt.24  
 Judías verdes con refrito de ajitos y tomate  
 Ragout de cerdo guisado con pimientos, guisantes, zanahorias y patata  
 Fruta fresca de temporada

**15** KCal.678 / HC.88 / Lip.26 / Prt.23  
 Espirales con queso y salsa de tomate  
 Hamburguesa mixta al horno con salsa de verduras  
 Fruta fresca de temporada

**22** KCal.658 / HC.89 / Lip.22 / Prt.26  
 Patatas guisadas con ternera  
 Tortilla francesa con zanahoria baby  
 Fruta fresca de temporada

**29** KCal.718 / HC.93 / Lip.30 / Prt.19  
 Crema de coliflor, puerro, zanahoria, apio y judía verde  
 San Jacobo de jamón y queso con patatas al horno  
 Fruta fresca de temporada

## Jueves



**9** KCal.703 / HC.94 / Lip.21 / Prt.34  
 Fabas estofadas con calabacín, puerro, zanahoria y pimentón  
 Centros de merluza con salsa de calabacín  
 Yogur

**16** KCal.661 / HC.87 / Lip.23 / Prt.26  
 Fabas pintas a la jardinera con puerro, calabacín y zanahoria  
 Tortilla de patata  
 Ensalada de lechuga  
 Yogur

**23** KCal.680 / HC.91 / Lip.23 / Prt.27  
 Sopa de ave con fideos  
 Cocido de garbanzos con su compango  
 Ensalada de lechuga  
 Yogur

**30** KCal.706 / HC.89 / Lip.26 / Prt.29  
 Potaje de lentejas con puerro y calabacín  
 Merluza al horno con pisto de verduras  
 Yogur

## Viernes



**10** KCal.647 / HC.85 / Lip.23 / Prt.25  
 Crema de calabaza, patata y zanahoria  
 Pollo asado acompañado de champiñones  
 Fruta fresca de temporada

**17** KCal.703 / HC.96 / Lip.25 / Prt.23  
 Arroz con sofrito de tomate  
 Medallón de salmón y calabaza en salsa  
 Fruta fresca de temporada

**24** KCal.665 / HC.86 / Lip.25 / Prt.24  
 Puré de calabacín  
 Jamoncitos de pollo al limón con patatas  
 Fruta fresca de temporada

**El menú incluye agua y pan. Estos menús han sido revisados y aprobados por la dietista-nutricionista colegiada CYL00134. Por causa de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú.**

Uso de sal yodada en la elaboración de los platos

Frutas de temporada: manzana, pera, plátano, naranja

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes



**1** KCal.664 / HC.86 / Lip.24 / Prt.26  
Sopa de ave con fideos

Pavo guisado con guisantes, zanahoria y patata

Fruta fresca de temporada

**4** KCal.759 / HC.100 / Lip.29 / Prt.24

Macarrones con sofrito de tomate

Albóndigas mixtas a la jardinera

Fruta fresca de temporada

**5** KCal.733 / HC.92 / Lip.29 / Prt.26

Lentejas con puerro, calabacín y zanahoria guisadas con pimentón

Tortilla de patata con atún  
Ensalada de lechuga

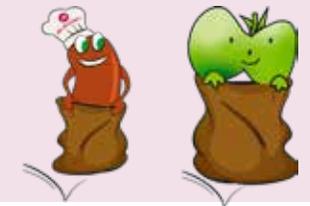
Fruta fresca de temporada

**6**

*festivos*

**7**

**8**



**11** KCal.699 / HC.88 / Lip.27 /

Menestra de verduras con coliflor, judías, guisantes y zanahorias

Lomo adobado a la plancha con patatas asadas

Fruta fresca de temporada

**12** KCal.682 / HC.87 / Lip.26 / Prt.25

Potaje de garbanzos con verduras de temporada

Merluza en salsa marinera con guisantes

Fruta fresca de temporada

**13** KCal.678 / HC.88 / Lip.26 / Prt.23

Espirales con queso y salsa de tomate

Hamburguesa mixta al horno con salsa de verduras

Fruta fresca de temporada

**14** KCal.661 / HC.87 / Lip.23 / Prt.26

Fabas pintas a la jardinera con puerro, calabacín y zanahoria

Tortilla de patata  
Ensalada de lechuga

Yogur

**15** KCal.703 / HC.96 / Lip.25 / Prt.23

Arroz con sofrito de tomate

Medallón de salmón y calabaza en salsa

Fruta fresca de temporada

**18** KCal.697 / HC.91 / Lip.25 / Prt.27

Macarrones con salsa de tomate

Jamón de cerdo asado con verduras y patatas

Fruta fresca de temporada

**19** KCal.751 / HC.99 / Lip.28 / Prt.27

Lentejas con puerro, calabacín y zanahoria guisadas con pimentón

Filete de merluza empanado  
Ensalada de lechuga

Fruta fresca de temporada

**20** KCal.658 / HC.89 / Lip.22 / Prt.26

Patatas guisadas con ternera

Tortilla francesa con zanahoria baby

Fruta fresca de temporada

**21** KCal.680 / HC.91 / Lip.23 / Prt.27

Sopa de ave con fideos

Cocido de garbanzos con su compango  
Ensalada de lechuga

Yogur

**22** KCal.665 / HC.86 / Lip.25 / Prt.24

Puré de calabacín

Jamóncitos de pollo al limón con patatas

Fruta fresca de temporada



El menú incluye agua y pan. Estos menús han sido revisados y aprobados por la dietista-nutricionista colegiada CYL00134. Por causa de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú.



Uso de sal yodada en la elaboración de los platos



Frutas de temporada: manzana, pera, plátano, naranja



Se sirven las cantidades acordes a la edad de los niños, lo cual modifica la calibración de cada franja de edad (entre 3 y 8 años corresponde a un 80% de la calibración)



*Felices Fiestas*

