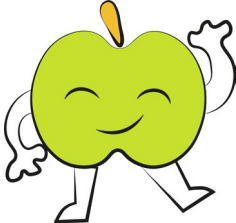


Menú Escolar

Abril
2025

Ausolan.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 Prt. 33 HC. 92 Lip. 32 Kcal. 798 Arroz con tomate Lomo fresco en salsa de verduras Lechuga centro de mesa Fruta de temporada Verduras/Pescado/Huevo/Lácteo	2 Prt. 23 HC. 71 Lip. 27 Kcal. 730 Lentejas a la hortelana Tortilla de patatas Guarnicion lechuga Fruta de temporada Verduras/Pescado/Carne/Lácteo	3 Prt. 40 HC. 59 Lip. 21 Kcal. 728 Acelga con patatas Muslo de pollo al ajillo Yogur // Pan integral 🍷 Cereal/Legumbre/Pescado/Huevo/Fruta	4 Prt. 28 HC. 97 Lip. 17 Kcal. 754 Macarrones napolitana Filete merluza en salsa verde Lechuga centro de mesa Fruta de temporada Verduras/Legumbre/Carne/Huevo/Lácteo
7 Prt. 16 HC. 72 Lip. 30 Kcal. 740 Menestra de verduras casera San marino Guarnicion lechuga Fruta de temporada 🌙 por la noche: Cereal/Legumbre/Carne/Huevo/Lácteo	8 Prt. 36 HC. 63 Lip. 24 Kcal. 738 Pure de puerro, patata y zanahoria Guisado de ternera Fruta de temporada Cereal/Legumbre/Pescado/Huevo/Lácteo	9 Prt. 26 HC. 108 Lip. 29 Kcal. 794 Espaguetis integrales con tomate Contramuslo de pollo en salsa Lechuga centro de mesa Fruta de temporada 🍷 Verduras/Legumbre/Pescado/Huevo/Lácteo	10 Prt. 40 HC. 68 Lip. 26 Kcal. 790 Garbanzos con calabacin Abadejo con tomate Lechuga centro de mesa Fruta de temporada Verduras/Huevo/Carne/Lácteo	11 Prt. 20 HC. 117 Lip. 32 Kcal. 797 Arroz tres delicias Huevos villaroy Guarnicion lechuga Actimel Verduras/Legumbre/Carne/Pescado/Fruta
14 FESTIVO 	15 FESTIVO 	16 FESTIVO	17 FESTIVO	18 FESTIVO 
21 FESTIVO	22 Prt. 34 HC. 105 Lip. 35 Kcal. 792 Arroz con verduras Salchichas con tomate Yogur Verduras/Legumbre/Pescado/Huevo/Fruta	23 FESTIVO	24 Prt. 18 HC. 65 Lip. 12 Kcal. 730 Lentejas con arroz Tortilla francesa con jamón cocido Ensalada Fruta de temporada Verduras/Pescado/Carne/Lácteo	25 Prt. 22 HC. 60 Lip. 16 Kcal. 732 Judía verde con patatas Lomo adobado con salteado de verduras Fruta de temporada // Pan integral 🍷 Cereal/Legumbre/Pescado/Huevo/Lácteo
28 Prt. 21 HC. 84 Lip. 35 Kcal. 738 Crema de calabacin Hamburguesa de calamar Ensalada pasta guarnicion Fruta de temporada 🌙 por la noche: Cereal/Legumbre/Carne/Huevo/Lácteo	29 Prt. 33 HC. 99 Lip. 26 Kcal. 780 Arroz con tomate Lomo fresco en salsa de verduras Fruta de temporada Verduras/Legumbre/Pescado/Huevo/Lácteo	30 Prt. 29 HC. 53 Lip. 18 Kcal. 726 Sopa de cocido con maravilla Muslo de pollo al chilindron Lechuga centro de mesa Yogur Cereal/Legumbre/Pescado/Huevo/Fruta		



Proyecto
educativo



Sostenibilidad



Recomanaciones
nutricionales



Iconografía



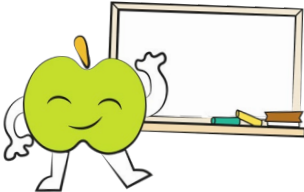
Menú in
english

La calibración nutricional media semanalmente expresada aquí, corresponde a las raciones servidas a la población escolar entre 9 y 13 años. En el comedor se sirve la cantidad según la edad, ajustando la calibración a sus necesidades (para rango de edad entre 3 y 8 años corresponden a un 80% de la calibración indicada). El menú incluye agua y pan.
El menú ha sido revisado y aprobado por la dietista-nutricionista colegiada N° ARA00204. Por causa de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú.

Menú Escolar

Mayo
2025

Ausolan.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			1 FESTIVO	2 Prt. 25 HC. 66 Lip. 15 Kcal. 741 Guisantes con patatas Filete de merluza en salsa marinera Fruta de temporada Verduras/Cereal/Carne/Huevo/Lácteo
5 Prt. 19 HC. 57 Lip. 11 Kcal. 745 Judía verde redonda Pavo fiambre al ajillo con zanahoria Fruta de temporada por la noche: Cereal/Legumbre/Pescado/Huevo/Lácteo	6 Prt. 40 HC. 59 Lip. 26 Kcal. 752 Crema calabacín y puerro Estofado de cerdo Yogur Cereal/Legumbre/Pescado/Huevo/Fruta	7 Prt. 22 HC. 118 Lip. 33 Kcal. 780 Arroz con cúrcuma y verduritas Contramuslo de pollo en salsa Lechuga centro de mesa Fruta de temporada // Pan integral Verduras/Legumbre/Huevo/Pescado/Lácteo	8 Prt. 24 HC. 87 Lip. 28 Kcal. 792 Alubia blanca con pimiento y zanahoria Tortilla de patatas Guarnición lechuga Fruta de temporada Verduras/Pescado/Carne/Lácteo	9 Prt. 29 HC. 106 Lip. 26 Kcal. 790 Espirales napolitana Pescadilla empanada Guarnición lechuga Fruta de temporada Verduras/Legumbre/Carne/Huevo/Lácteo
12 Prt. 23 HC. 79 Lip. 29 Kcal. 788 Patatas a la riojana Albondigas de pescado con salsa verde Lechuga centro de mesa Fruta de temporada por la noche: Verdura/Legumbre/Carne/Huevo/Lácteo	13 Prt. 31 HC. 59 Lip. 26 Kcal. 769 Acelga con patatas Muslo de pollo asado con verduras Yogur Cereal/Legumbre/Pescado/Huevo/Fruta	14 Prt. 33 HC. 112 Lip. 32 Kcal. 792 Arroz con tomate Lomo fresco en salsa de verduras Guarnición lechuga Fruta de temporada Verduras/Legumbre/Huevo/Pescado/Lácteo	15 Prt. 20 HC. 72 Lip. 14 Kcal. 743 Lentejas con puerro y zanahoria Tortilla francesa con jamón cocido Ensalada pasta guarnición Fruta de temporada Verduras/Pescado/Carne/Lácteo	16 Prt. 31 HC. 60 Lip. 11 Kcal. 748 Sopa de pollo con fideos integrales Filete de abadejo en salsa marinera Lechuga centro de mesa Fruta de temporada Verduras/Patata/Legumbre/Lácteo
19 Prt. 22 HC. 60 Lip. 31 Kcal. 770 Judía verde casera con zanahoria Filete ruso con champiñones Fruta de temporada por la noche: Cereal/Legumbre/Pescado/Huevo/Lácteo	20 Prt. 28 HC. 101 Lip. 22 Kcal. 794 Arroz tres delicias Lomo adobado con salteado de verduras Lechuga centro de mesa Yogur Verduras/Legumbre/Huevo/Pescado/Fruta	21 Prt. 24 HC. 89 Lip. 29 Kcal. 752 Garbanzos con calabaza Huevos villaroy Guarnición lechuga Fruta de temporada Verduras/Pescado/Carne/Lácteo	22 Prt. 30 HC. 88 Lip. 17 Kcal. 791 Macarrones integrales con tomate Filete merluza en salsa verde Lechuga centro de mesa Fruta de temporada Verduras/Legumbre/Carne/Huevo/Lácteo	23 Prt. 21 HC. 71 Lip. 36 Kcal. 738 Guisantes con patatas Bistec de pollo en salsa de mostaza suave Fruta de temporada Verduras/Cereal/Pescado/Huevo/Lácteo
26 Prt. 34 HC. 59 Lip. 23 Kcal. 742 Crema de verduras Guisado de pavo Fruta de temporada por la noche: Cereal/Legumbre/Pescado/Huevo/Lácteo	27 Prt. 24 HC. 96 Lip. 28 Kcal. 785 Arroz con judía verde, pimiento y champiñón Filete merluza al horno estilo orio Guarnición lechuga Fruta de temporada Verduras/Legumbre/Huevo/Carne/Lácteo	28 Prt. 23 HC. 97 Lip. 44 Kcal. 790 Garbanzos con zanahoria y refrito de ajo Tortilla de patatas Guarnición lechuga y zanahoria Fruta de temporada Verduras/Pescado/Carne/Lácteo	29 Prt. 28 HC. 65 Lip. 24 Kcal. 732 Borrajita con refrito Muslo de pollo asado a las hierbas Ensalada pasta guarnición Fruta de temporada Cereal/Legumbre/Pescado/Huevo/Lácteo	30 Prt. 32 HC. 59 Lip. 36 Kcal. 750 Sopa de pollo con estrellas Salchichas con tomate Lechuga centro de mesa Yogur // Pan integral Verdura/Legumbre/Pescado/Huevo/Fruta

La calibración nutricional media semanalmente expresada aquí, corresponde a las raciones servidas a la población escolar entre 9 y 13 años. En el comedor se sirve la cantidad según la edad, ajustando la calibración a sus necesidades (para rango de edad entre 3 y 8 años corresponden a un 80% de la calibración indicada). El menú incluye agua y pan.
El menú ha sido revisado y aprobado por la dietista-nutricionista colegiada N° ARA00204. Por causa de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú.



Proyecto
educativo



Sostenibilidad



Recomanaciones
nutricionales



Iconografía



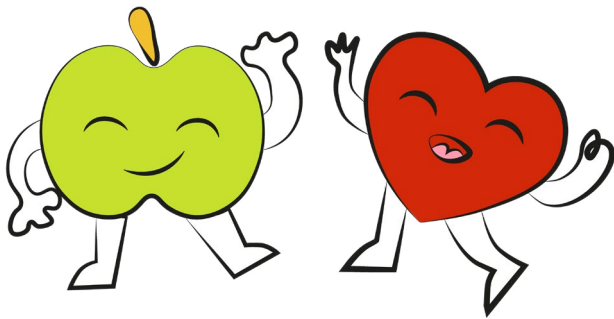
Menú in
english

Menú Escolar

Junio
2025

Ausolan.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Prt. 18 HC. 98 Lip. 43 Kcal. 796 Menestra de verduras casera Croquetas de jamon Guarnicion lechuga 🍷 Fruta de temporada // Pan integral 🌙 por la noche: Cereal/Legumbre/Pescado/Huevo/Lácteo	3 Prt. 17 HC. 64 Lip. 10 Kcal. 775 Lentejas a la hortelana Tortilla francesa con jamón cocido Tomate fresco Fruta de temporada Verduras/Pescado/Carne/Lácteo	4 Prt. 29 HC. 81 Lip. 22 Kcal. 785 Ensalada de arroz Lomo adobado con salteado de verduras Yogur Verduras/Legumbre/Pescado/Huevo/Fruta	5 Prt. 35 HC. 71 Lip. 22 Kcal. 790 Patatas guisadas con verduras Contramuslo de pollo estilo campero Fruta de temporada Verdura/Legumbre/Pescado/Huevo/Lácteo	6 Prt. 40 HC. 89 Lip. 21 Kcal. 792 Fideua Filete de abadejo en salsa marinera Lechuga centro de mesa Fruta de temporada Verdura/Legumbre/Carne/Huevo/Lácteo
9 Prt. 22 HC. 44 Lip. 27 Kcal. 744 Judia verde casera con zanahoria Albondigas pollo y pavo en fritada Fruta de temporada 🌙 por la noche: Cereal/Legumbre/Pescado/Huevo/Lácteo	10 Prt. 24 HC. 103 Lip. 30 Kcal. 774 Arroz con tomate Filete merluza al horno estilo orio Guarnicion lechuga Fruta de temporada Verduras/Legumbre/Carne/Huevo/Lácteo	11 Prt. 38 HC. 71 Lip. 33 Kcal. 776 Garbanzos con pimiento verde y huevo duro Filete de cerdo a la naranja Lechuga centro de mesa Fruta de temporada Verduras/Pescado/Carne/Lácteo	12 Prt. 18 HC. 81 Lip. 38 Kcal. 745 Crema de calabaza Tortilla de patatas Tomate fresco Yogur// Pan integral 🍷 Cereal/Legumbre/Pescado/Carne/Fruta	13 Prt. 26 HC. 94 Lip. 19 Kcal. 795 Ensalada de pasta Pavo fiambre al ajillo con zanahoria Fruta de temporada Verdura/Legumbre/Pescado/Huevo/Lácteo
16 Prt. 15 HC. 70 Lip. 32 Kcal. 740 Acelga con patatas Huevos villaroy Guarnicion lechuga Fruta de temporada 🌙 por la noche: Cereal/Legumbre/Pescado/Carne/Lácteo	17 Prt. 26 HC. 54 Lip. 20 Kcal. 738 Crema calabacin y puerro Muslo de pollo al chilindron Fruta de temporada Cereal/Legumbre/Pescado/Huevo/Lácteo	18 Prt. 31 HC. 72 Lip. 14 Kcal. 742 Lentejas guisadas Filete de merluza en salsa marinera Lechuga centro de mesa 🍷 Fruta de temporada // Pan integral Verduras/Cereal/Huevo/Carne/Lácteo	19 MENU ESPECIAL FIN DE CURSO 	20 Prt. 31 HC. 112 Lip. 30 Kcal. 788 Arroz tres delicias Lomo con tomate Lechuga centro de mesa Fruta de temporada Verdura/Legumbre/Pescado/Huevo/Lácteo



¡VACACIONES DE VERANO!



Proyecto educativo



Sostenibilidad



Recomanaciones nutricionales



Iconografía



Menú in english

La calibración nutricional media semanalmente expresada aquí, corresponde a las raciones servidas a la población escolar entre 9 y 13 años. En el comedor se sirve la cantidad según la edad, ajustando la calibración a sus necesidades (para rango de edad entre 3 y 8 años corresponden a un 80% de la calibración indicada). El menú incluye agua y pan.
El menú ha sido revisado y aprobado por la dietista-nutricionista colegiada N° ARA00204. Por causa de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú.