

Menú Escolar

Abril 2026

Ausolan.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
6 FESTIVO	7 Prt. 39 HC. 60 Lip. 10 KCal. 735 Sopa de pollo con fideos integrales Guisado de pavo 🍌 Yogur Verduras/Pescado/Huevo/Fruta	8 Prt. 28 HC. 60 Lip. 26 KCal. 736 Judía verde con zanahoria y patata Lomo con tomate Fruta fresca Cereal/Legumbre/Pescado/Huevo/Lácteo	9 Prt. 24 HC. 69 Lip. 47 KCal. 775 Garbanzos con calabacin Tortilla francesa Ensalada Fruta fresca Verduras/Carne/Pescado/Lácteo	10 Prt. 24 HC. 69 Lip. 47 KCal. 775 Arroz tres delicias 🍌 Abadejo con tomate Lechuga centro de mesa Fruta fresca / Pan integral Verduras/Huevo/Carne/Lácteo
13 Prt. 20 HC. 78 Lip. 35 KCal. 735 Menestra de verduras casera Albondigas de cerdo y ternera en salsa champiñones Fruta fresca / pan integral 🍌 por la noche: Cereal/Legumbre/Pescado/Huevo/Lácteo	14 Prt. 20 HC. 78 Lip. 35 KCal. 735 Macarrones napolitana Pavo fiambre al ajillo con zanahoria Ensalada Fruta fresca Verduras/Huevo/Pescado/Lácteo	15 Prt. 24 HC. 83 Lip. 26 KCal. 760 Lentejas con arroz integral Huevos villaroy Ensalada 🍌 Fruta fresca Verduras/Carne/Pescado/Lácteo	16 Prt. 26 HC. 109 Lip. 19 KCal. 740 Arroz con tomate Filete merluza en salsa verde Ensalada Fruta fresca Verduras/Huevo/Carne/Lácteo	17 Prt. 21 HC. 62 Lip. 19 KCal. 730 Crema de calabaza Contramuslo de pollo al chilindron Yogur / Pan integral 🍌 Cereal/Legumbre/Pescado/Huevo/Fruta
20 Prt. 21 HC. 62 Lip. 19 KCal. 730 Acelga con patatas Pescadilla empanada Ensalada Fruta fresca por la noche: Cereal/Legumbre/Carne/Huevo/Lácteo	21 Prt. 40 HC. 82 Lip. 13 KCal. 742 Alubias blancas con verdura Muslo de pollo asado a las hierbas Fruta fresca / Pan integral 🍌 Verduras/Carne/Pescado/Fruta	22 Prt. 24 HC. 109 Lip. 33 KCal. 790 Arroz con verduras Salchichas frescas con tomate Ensalada Actimel Verduras/Huevo/Pescado/Fruta	23 FESTIVO	24 FESTIVO
27 Prt. 24 HC. 109 Lip. 33 KCal. 790 Guisantes con patatas Estofado de cerdo Fruta fresca por la noche: Verduras/Huevo/Pescado/Lácteo	28 Prt. 24 HC. 109 Lip. 33 KCal. 790 Garbanzos con zanahoria y refrito de ajo Tortilla francesa con jamon cocido Ensalada 🍌 Yogur / Pan integral Cereal/Legumbre/Pescado/Huevo/Fruta	29 Prt. 24 HC. 109 Lip. 33 KCal. 790 Arroz con tomate Filete de merluza en salsa marinera Ensalada Fruta fresca Verduras/Huevo/Pescado/Lácteo	30 Prt. 20 HC. 71 Lip. 24 KCal. 730 Sopa de cocido con fideos integrales Contramuslo de pollo en salsa Ensalada 🍌 Fruta fresca Verduras/Pescado/Huevo/Lácteo	



Proyecto educativo



Sostenibilidad



Recomendaciones nutricionales



Iconografía



Menu 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 sirven las cantidades acordes a la edad de los niños, lo cual modifica la calibración de cada franja de edad ajustándose así 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. Estos menús han sido revisados y aprobados por la dietista-nutricionista colegiada ARA00204. Por causa de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú."

Menú Escolar

Mayo 2026

Ausolan.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
 				1 FESTIVO
4 Prt. 19 HC. 65 Lip. 38 KCal. 755 Judia verde redonda San marino Ensalada Fruta fresca / Pan integral	5 Prt. 19 HC. 65 Lip. 38 KCal. 755 Crema calabacin y puerro Guisado de pavo Yogur	6 Prt. 18 HC. 60 Lip. 39 KCal. 750 Arroz con verduras Contramuslo de pollo en salsa Ensalada Fruta fresca / Pan integral	7 Prt. 40 HC. 72 Lip. 13 KCal. 740 Alubia blanca con pimiento y zanahoria Tortilla francesa Ensalada Fruta fresca	8 Prt. 25 HC. 103 Lip. 12 KCal. 750 Macarrones integrales con tomate Filete merluza al horno estilo orio Ensalada Fruta fresca
...y por la noche: Cereal/Legumbre/Carne/Huevo/Lácteo	Cereal/Legumbre/Pescado/Huevo/Fruta	Verduras/Huevo/Pescado/Lácteo	Verduras/Carne/Pescado/Lácteo	Verduras/Carne/Huevo/Lácteo
11 Prt. 25 HC. 87 Lip. 34 KCal. 755 Patatas guisadas con verduras Albondigas de cerdo y ternera en fritada Ensalada Yogur	12 Prt. 27 HC. 59 Lip. 18 KCal. 740 Borraja con patata y zanahoria Muslo de pollo al chilindron Fruta fresca / Pan integral	13 Prt. 27 HC. 59 Lip. 18 KCal. 740 Arroz con tomate Lomo fresco en salsa de verduras Ensalada Fruta fresca	14 Prt. 24 HC. 90 Lip. 31 KCal. 731 Lentejas con puerro y zanahoria Tortilla de patatas Ensalada Fruta fresca / Pan integral	15 Prt. 31 HC. 60 Lip. 11 KCal. 730 Sopa de ave con fideos integrales Filete de abadejo en salsa marinera Ensalada Fruta fresca
por la noche: Verduras/Huevo/Pescado/Fruta	Cereal/Legumbre/Pescado/Huevo/Lácteo	Verduras/Huevo/Pescado/Lácteo	Verduras/Carne/Pescado/Lácteo	Verduras/Carne/Huevo/Lácteo
18 Prt. 39 HC. 71 Lip. 24 KCal. 740 Judia verde casera con zanahoria Estofado de cerdo Fruta fresca / Pan integral	19 Prt. 39 HC. 71 Lip. 24 KCal. 740 Arroz tres delicias Pavo fiambre al ajillo con zanahoria Yogur	20 Prt. 19 HC. 76 Lip. 15 KCal. 730 Garbanzos con calabaza Tortilla francesa con jamon cocido Ensalada Fruta fresca	21 Prt. 29 HC. 93 Lip. 17 KCal. 770 Espaguetis integrales con tomate Filete merluza en salsa verde Ensalada Fruta fresca	22 Prt. 23 HC. 69 Lip. 37 KCal. 777 Guisantes con patatas Bistec de pollo en salsa de mostaza suave Fruta fresca / Pan integral
por la noche: Cereal/Legumbre/Pescado/Huevo/Lácteo	Verduras/Huevo/Pescado/Fruta	Verduras/Carne/Pescado/Lácteo	Verduras/Huevo/Carne/Lácteo	Verduras/Huevo/Pescado/Lácteo
25 Prt. 23 HC. 64 Lip. 31 KCal. 736 Crema de verduras Filete ruso con champiñones Fruta fresca / Pan integral	26 Prt. 25 HC. 100 Lip. 30 KCal. 753 Arroz con tomate Filete merluza al horno estilo orio Ensalada Fruta fresca	27 Prt. 22 HC. 96 Lip. 29 KCal. 735 Lentejas con arroz integral Tortilla de patatas Ensalada Fruta fresca	28 Prt. 26 HC. 61 Lip. 18 KCal. 745 Menestra de verduras casera Muslo de pollo asado con champiñones Fruta fresca	29 Prt. 26 HC. 61 Lip. 18 KCal. 745 Sopa de cocido con estrellitas Salchichas con tomate Ensalada Yogur / Pan integral
por la noche: Cereal/Legumbre/Pescado/Huevo/Lácteo	Verduras/Carne/Huevo/Lácteo	Verduras/Carne/Pescado/Lácteo	Cereal/Legumbre/Pescado/Huevo/Lácteo	Verduras/Huevo/Pescado/Fruta



Proyecto educativo



Sostenibilidad



Recomendaciones nutricionales



Iconografía



Menu 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 sirven las cantidades acordes a la edad de los niños, lo cual modifica la calibración de cada franja de edad ajustándose así 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. Estos menús han sido revisados y aprobados por la dietista-nutricionista colegiada ARA00204. Por causa de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú."

Menú Escolar

Junio 2026

Ausolan.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1 Prt. 25 HC. 95 Lip. 30 KCal. 745 Patatas guisadas con verduras Pescadilla empanada Enslada 🍷 Fruta fresca / Pan integral	2 Prt. 25 HC. 95 Lip. 30 KCal. 745 Arroz con verduras Lomo adobado con salteado de verduras Fruta fresca	3 Prt. 25 HC. 95 Lip. 30 KCal. 745 Ensalada variada 🍏 Garbanzos guisados Yogur	4 Prt. 18 HC. 60 Lip. 39 KCal. 730 Crema de calabaza Contramuslo de pollo con pimiento y zanahoria 🍷 Fruta fresca / Pan integral	5 Prt. 18 HC. 60 Lip. 39 KCal. 730 Fideua Filete de abadejo en salsa marinera Ensalada Fruta fresca
🌙...y por la noche: Verduras/Huevo/Carne/Lácteo	Verduras/Huevo/Pescado/Lácteo	Cereal/Carne/Pescado/Huevo/Fruta	Cereal/Legumbre/Pescado/Huevo/Lácteo	Verduras/Huevo/Carne/Lácteo
8 Prt. 18 HC. 60 Lip. 39 KCal. 730 Lentejas a la hortelana Huevos villaroy 🍷 Ensalada Fruta fresca / Pan integral	9 Prt. 35 HC. 89 Lip. 39 KCal. 796 Ensalada de pasta integral Lomo con tomate Ensalada 🍏 Fruta fresca	10 Prt. 25 HC. 39 Lip. 18 KCal. 734 Judia verde casera con zanahoria Muslo de pollo asado con champiñones Fruta fresca	11 Prt. 29 HC. 63 Lip. 36 KCal. 749 Crema calabacin y puerro Salchichas de ave frescas con tomate 🍷 Yogur / Pan integral	12 Prt. 29 HC. 63 Lip. 36 KCal. 749 Arroz Con Tomate Filete merluza en salsa verde Fruta fresca
🌙...y por la noche: Verduras/Pescado/Carne/Lácteo	Verduras/Huevo/Pescado/Lácteo	Cereal/Legumbre/Pescado/Huevo/Lácteo	Cereal/Legumbre/Pescado/Huevo/Fruta	Verduras/Huevo/Carne/Lácteo
15 Prt. 23 HC. 81 Lip. 40 KCal. 761 Acelga con patatas Albondigas de cerdo y ternera en salsa 🍷 Fruta fresca / Pan integral	16 Prt. 23 HC. 81 Lip. 40 KCal. 761 Ensalada de arroz Contramuslo de pollo al chilindron Albaricoque	17 Prt. 23 HC. 81 Lip. 40 KCal. 761 Lentejas guisadas Tortilla francesa 🍷 Ensalada de tomate Fruta fresca / Pan integral	18 MENU ESPECIAL FIN DE CURSO 🏠	19 Prt. 23 HC. 81 Lip. 40 KCal. 761 Guisantes con patatas Medallón de merluza a la romana Ensalada Fruta fresca
🌙 por la noche: Cereal/Legumbre/Pescado/Huevo/Lácteo	Verduras/Huevo/Carne/Lácteo	Verduras/Pescado/Carne/Lácteo		Verduras/Huevo/Carne/Lácteo



¡Verano!



**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 sirven las cantidades acordes a la edad de los niños, lo cual modifica la calibración de cada franja de edad ajustándose así 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. Estos menús han sido revisados y aprobados por la dietista-nutricionista colegiada ARA00204. Por causa de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú."