

Menú Escolar

Septiembre
2026

Ausolan.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				
	8	9	10	11
	Prt. 36 HC. 80 Lip. 21 Kcal. 730	Prt. 30 HC. 82 Lip. 22 Kcal. 752	Prt. 34 HC. 47 Lip. 17 Kcal. 736	Prt. 28 HC. 120 Lip. 16 Kcal. 744
	Garbanzos con refrito Muslo de pollo al ajillo Ensalada Fruta de temporada /Pan integral	Ensalada de pasta integral Filete merluza en salsa verde Fruta de temporada	Crema de verduras Guisado de pavo Fruta de temporada	Arroz con tomate Lomo adobado con salteado de verduras Actimel
	Verduras/Carne/Pescado/Lácteo	Verduras/Carne/Huevo/Lácteo	Verdura/Pescado blanco/Patata/Fruta o yogur	Verduras/Pescado/Huevo/Fruta
14	15	16	17	18
Prt. 21 HC. 67 Lip. 44 Kcal. 734	Prt. 22 HC. 109 Lip. 21 Kcal. 741	Prt. 35 HC. 100 Lip. 31 Kcal. 790	Prt. 24 HC. 72 Lip. 33 Kcal. 727	Prt. 22 HC. 64 Lip. 19 Kcal. 732
Crema de calabaza Medallon de merluza a la romana Ensalada Fruta de temporada	Ensalada variada Macarrones con bolognesa de soja Pan integral Fruta de temporada	Arroz tres delicias Contramuslo de pollo estilo campero Ensalada Fruta de temporada	Borrajá con refrito Albondigas de cerdo y ternera en fritada Yogur/ Pan integral	Lentejas con arroz integral Tortilla francesa con jamon cocido Ensalada Fruta de temporada
por la noche: Cereal/Legumbre/Carne/Huevo/Lácteo	Verduras/Pescado/Huevo/Lácteo	Verduras/Pescado/Huevo/Lácteo	Cereal/Legumbre/Pescado/Huevo/Fruta	Verduras/Carne/Pescado/Lácteo
21	22	23	24	25
Prt. 37 HC. 67 Lip. 18 Kcal. 730	Prt. 23 HC. 111 Lip. 17 Kcal. 764	Prt. 23 HC. 93 Lip. 32 Kcal. 739	Prt. 29 HC. 54 Lip. 20 Kcal. 736	Prt. 39 HC. 112 Lip. 31 Kcal. 790
Acelga con patatas Guisado de pavo Pan integral Fruta de temporada	Arroz con judia verde, pimiento y champiñon Filete de merluza en salsa marinera Ensalada Fruta de temporada	Garbanzos con calabaza Tortilla de patatas Ensalada de tomate Fruta de temporada	Crema de brocoli Muslo de pollo al chilindron Yogur	Espaguetis integrales con tomate Lomo fresco en salsa de verduras Ensalada Fruta de temporada
por la noche: Cereal/Legumbre/Pescado/Huevo/Lácteo	Verduras/Carne/Huevo/Lácteo	Verduras/Carne/Pescado/Lácteo	Cereal/Legumbre/Pescado/Huevo/Fruta	Verduras/Pescado/Huevo/Lácteo
28	29	30		
Prt. 27 HC. 88 Lip. 39 Kcal. 792	Prt. 27 HC. 48 Lip. 26 Kcal. 740	Prt. 20 HC. 72 Lip. 28 Kcal. 751		
Lentejas a la hortelana Huevos villaroy Ensalada Fruta de temporada /Pan integral	Judia verde redonda Lomo con tomate Fruta de temporada	Patatas guisadas con verduras Contramuslo de pollo en salsa Ensalada Fruta de temporada		
por la noche: Verduras/Carne/Pescado/Lácteo	Cereal/Legumbre/Pescado/Huevo/Lácteo	Verduras/Pescado/Huevo/Lácteo		

*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.



Proyecto
educativo



Sostenibilidad



Recomendaciones
nutricionales



Iconografía

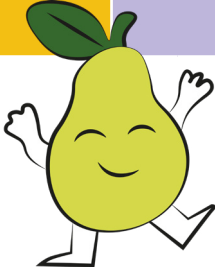


Menu in
English

Menú Escolar

Octubre
2026

Ausolan.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				
			1 Prt. 24 HC. 60 Lip. 31 Kcal. 728 Sopa de pollo con fideos integrales Pescadilla empanada Ensalada Yogur Verduras/Carne/HuevoFruta	2 Prt. 26 HC. 126 Lip. 26 Kcal. 795 Arroz con tomate Albondigas de pollo y pavo a en salsa Pan integral Fruta de temporada Verduras/Pescado/Huevo/Lácteo
5 Prt. 32 HC. 65 Lip. 17 Kcal. 730 Judía verde casera con zanahoria Huevos villaroy Ensalada Fruta de temporada /Pan integral por la noche: Cereal/Legumbre/Pescado/Huevo/Lácteo	6 Prt. 21 HC. 92 Lip. 31 Kcal. 738 Garbanzos con zanahoria y refrito de ajo Albondigas vegetales en salsa de verduras Fruta de temporada Verduras/Carne/Pescado/Huevo/Lácteo	7 Prt. 24 HC. 72 Lip. 30 Kcal. 728 Guisantes con patatas Muslo de pollo a las finas hierbas Fruta de temporada /Pan integral Verduras/Huevo/Pescado/Lácteo	8 Prt. 35 HC. 95 Lip. 30 Kcal. 790 Macarrones integrales con tomate Filete merluza al horno estilo orio Ensalada Fruta de temporada Verduras/Huevo/Carne/Lácteo	9 Prt. 3 HC. 15 Lip. 0 Kcal. 790 Arroz con judía verde, pimiento y champiñón Lomo adobado con salteado de verduras Ensalada Yogur líquido Verduras/Huevo/Pescado/Fruta
12 FESTIVO	13 FESTIVO	14 FESTIVO	15 Prt. 26 HC. 104 Lip. 19 Kcal. 780 Arroz con tomate Filete merluza en salsa verde Ensalada Fruta de temporada Verduras/Huevo/Carne/Lácteo	16 Prt. 23 HC. 63 Lip. 16 Kcal. 731 Sopa de cocido con fideos integrales Contramuslo de pollo al chilindron Ensalada Yogur/ Pan integral Verduras/Pescado/Huevo/Fruta
19 Prt. 21 HC. 66 Lip. 31 Kcal. 740 Menestra de verduras casera Salchichas con tomate Fruta de temporada /Pan integral por la noche: Cereal/Legumbre/Pescado/Huevo/Lácteo	20 Prt. 33 HC. 93 Lip. 18 Kcal. 780 Arroz tres delicias Filete de abadejo en salsa marinera Ensalada Fruta de temporada Verduras/Huevo/Carne/Lácteo	21 Prt. 26 HC. 80 Lip. 19 Kcal. 776 Alubias blancas con verdura Tortilla francesa con jamon cocido Ensalada Fruta de temporada Verduras/Carne/Pescado/Lácteo	22 Prt. 21 HC. 62 Lip. 30 Kcal. 736 Crema de calabaza Contramuslo de pollo en salsa Yogur/ Pan integral Cereal/Legumbre/Pescado/Huevo/Fruta	23 Prt. 31 HC. 106 Lip. 12 Kcal. 785 Fideua Pavo fiambre al ajillo con zanahoria Fruta de temporada Verduras/Huevo/Pescado/Lácteo
26 Prt. 39 HC. 65 Lip. 23 Kcal. 738 Borrajá con refrito Estofado de cerdo Fruta de temporada /Pan integral por la noche: Cereal/Legumbre/Pescado/Huevo/Lácteo	27 Prt. 25 HC. 114 Lip. 41 Kcal. 782 Arroz con tomate Medallon de merluza a la romana Ensalada Fruta de temporada Verduras/Huevo/Carne/Lácteo	28 Prt. 23 HC. 79 Lip. 15 Kcal. 746 Judía verde redonda Lentejas guisadas Yogur líquido Cereal/Carne/Pescado/Huevo/Fruta	29 Prt. 20 HC. 84 Lip. 36 Kcal. 734 Guisantes con patatas Tortilla de patatas Ensalada Fruta de temporada /Pan integral Verduras/Carne/Pescado/Lácteo	30 Prt. 27 HC. 49 Lip. 15 Kcal. 730 Sopa de cocido con fideos integrales Muslo de pollo asado con champiñones Ensalada Fruta de temporada Verduras/Huevo/Pescado/Lácteo



Proyecto
educativo



Sostenibilidad



Recomendaciones
nutricionales



Iconografía



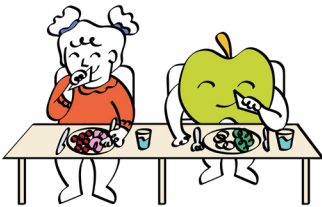
Menu in
English

*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.

Menú Escolar

Noviembre
2026

Ausolan.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 FESTIVO	3 Prt. 38 HC. 60 Lip. 22 Kcal. 778 Acelga con patatas Huevos villaroy Ensalada Fruta de temporada Cereal/Legumbre/Carne/Pescado/Lácteo	4 Prt. 26 HC. 80 Lip. 19 Kcal. 776 Macarrones integrales con tomate Bistec de pollo en salsa de mostaza suave Pan integral Fruta de temporada Verduras/Huevo/Pescado/Lácteo	5 Prt. 20 HC. 83 Lip. 32 Kcal. 775 Garbanzos con verdura Filete merluza al horno estilo orio Ensalada Fruta de temporada Verduras/Carne/HUevo/Lácteo	6 Prt. 31 HC. 105 Lip. 13 Kcal. 786 Arroz con judia verde, pimiento y champiñon Salchichas con tomate Ensalada Yogur/ Pan integral Verduras/Huevo/Pescado/Fruta
9 Prt. 21 HC. 70 Lip. 19 Kcal. 777 Crema de verduras Hamburguesa de soja en salsa de verduras Fruta de temporada /Pan integral y por la noche: Cereal/Carne/Pescado/Lácteo	10 Prt. 23 HC. 81 Lip. 31 Kcal. 728 Lentejas con puerro y zanahoria Tortilla de patatas Ensalada Fruta de temporada Verduras/Carne/Pescado/Lácteo	11 Prt. 23 HC. 107 Lip. 19 Kcal. 768 Arroz con tomate Filete de merluza en salsa marinera Ensalada Fruta de temporada Verduras/Huevo/Carne/Lácteo	12 Prt. 25 HC. 41 Lip. 19 Kcal. 736 Judia verde casera con zanahoria Muslo de pollo a la hortelana Fruta de temporada Cereal/Legumbre/Huevo/Pescado/Lácteo	13 Prt. 35 HC. 68 Lip. 23 Kcal. 776 Lomo fresco en salsa de piquillos Yogur/ Pan integral Verduras/Huevo/Pescado/Fruta
16 Prt. 22 HC. 81 Lip. 33 Kcal. 778 Patatas guisadas con verduras Pescadilla empanada Ensalada Fruta de temporada y por la noche: Verduras/Huevo/Carne/Lácteo	17 Prt. 38 HC. 105 Lip. 25 Kcal. 769 Espaguetis integrales con tomate Lomo fresco en salsa de verduras Fruta de temporada /Pan integral Verduras/Huevo/Pescado/Lácteo	18 Prt. 34 HC. 55 Lip. 23 Kcal. 772 Guisantes con patatas Abadejo con tomate Fruta de temporada Verduras/Huevo/Carne/Lácteo	19 Prt. 26 HC. 72 Lip. 24 Kcal. 764 Garbanzos con calabaza Tortilla francesa con jamon cocido Ensalada Yogur Verduras/Pescado/Carne/Fruta	20 Prt. 21 HC. 102 Lip. 26 Kcal. 734 Arroz tres delicias Contramuslo de pollo en salsa Fruta de temporada /Pan integral Verduras/Huevo/Pescado/Lácteo
23 Prt. 37 HC. 56 Lip. 24 Kcal. 732 Crema de calabaza Estofado de cerdo Fruta de temporada por la noche: Cereal/Legumbre/Huevo/Pescado/Lácteo	24 Prt. 28 HC. 109 Lip. 14 Kcal. 755 Macarrones integrales con tomate Pavo fiambre al ajillo con zanahoria Ensalada Fruta de temporada Verduras/Huevo/Pescado/Lácteo	25 Prt. 21 HC. 83 Lip. 14 Kcal. 758 Judia verde casera con zanahoria Lentejas guisadas Fruta de temporada Verduras/Huevo/Pescado/Lácteo	26 Prt. 26 HC. 101 Lip. 20 Kcal. 760 Arroz tres delicias Filete merluza en salsa verde Ensalada Fruta de temporada Verduras/Huevo/Carne/Lácteo	27 Prt. 19 HC. 81 Lip. 38 Kcal. 738 Menestra de verduras casera Tortilla de patatas Ensalada Yogur/ Pan integral Cereal/Legumbre/Pescado/Fruta
30 Prt. 24 HC. 67 Lip. 28 Kcal. 734 Borrajá con refrito Albondigas pollo y pavo en fritada Fruta de temporada /Pan integral por la noche: Cereal/Legumbre/Huevo/Pescado/Lácteo	  			

*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.



Proyecto educativo



Sostenibilidad



Recomendaciones nutricionales



Iconografía

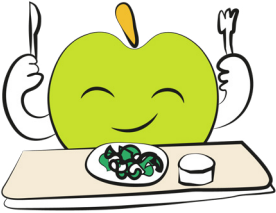


Menu in English

Menú Escolar

Diciembre
2026

Ausolan.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 Prt. 29 HC. 53 Lip. 28 Kcal. 771 Judía verde redonda Lomo fresco en salsa de verduras Fruta de temporada Cereal/Legumbre/Huevo/Pescado/Lácteo	2 Prt. 23 HC. 77 Lip. 58 Kcal. 790 Garbanzos con zanahoria y refrito de ajo Tortilla francesa Ensalada Fruta de temporada Verduras/Carne/Pescado/Lácteo	3 Prt. 27 HC. 109 Lip. 42 Kcal. 788 Arroz tres delicias Medallón de merluza a la romana Ensalada  Fruta de temporada /Pan integral Verduras/Huevo/Pescado/Fruta	4 Prt. 28 HC. 57 Lip. 31 Kcal. 752 Sopa de cocido con fideos integrales Salchichas de pollo y pavo frescas con tomate Ensalada  Yogur líquido Verduras/Huevo/Pescado/Fruta
7 FESTIVO	8 FESTIVO	9 Prt. 20 HC. 63 Lip. 49 Kcal. 767 Crema de calabacín Huevos villarroy Ensalada Yogur Cereal/Legumbre/Carne/Pescado/Fruta	10 Prt. 33 HC. 86 Lip. 81 Kcal. 792 Guisantes con patatas Albondigas vegetales en salsa de verduras Ensalada  Fruta de temporada Verduras/Huevo/Carne/Pescado/Yogur	11 Prt. 30 HC. 106 Lip. 28 Kcal. 775 Fideua  Contramuslo de pollo en salsa Fruta de temporada /Pan integral Verduras/Huevo/Pescado/Lácteo
14 Prt. 35 HC. 64 Lip. 18 Kcal. 740 Acelgas con refrito  Guisado de pavo Fruta de temporada /Pan integral  por la noche: Cereal/Legumbre/Huevo/Pescado/Lácteo	15 Prt. 28 HC. 84 Lip. 28 Kcal. 779 Espaguetis integrales con tomate Filete merluza al horno estilo orio Ensalada  Fruta de temporada Verduras/Huevo/Carne/Lácteo	16 Prt. 22 HC. 84 Lip. 27 Kcal. 761 Lentejas a la hortelana Tortilla de patatas Ensalada Fruta de temporada Verduras/Huevo/Carne/Pescado/Yogur	17 MENU ESPECIAL FIN DE CURSO 	18 Prt. 18 HC. 57 Lip. 17 Kcal. 739 Crema de calabaza  Contramuslo de pollo al chilindron Fruta de temporada /Pan integral Cereal/Legumbre/Huevo/Pescado/Lácteo
21 Prt. 19 HC. 62 Lip. 31 Kcal. 760 Menestra de verduras casera Albondigas de cerdo y ternera en fritada Fruta de temporada  por la noche: Cereal/Legumbre/Huevo/Pescado/Lácteo	22 Prt. 36 HC. 71 Lip. 22 Kcal. 761 Garbanzos con calabaza Muslo de pollo asado a las hierbas Ensalada Yogur líquido Verduras/Huevo/Pescado/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 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.