

lunes

1



fiesta

martes

2 Arroz con sofrito de tomate
Merluza en salsa marinera con guisantes al horno
Fruta fresca de temporada

miércoles

3 Alubias blancas estofadas con calabacín, puerro, zanahoria y pimentón
Fiambre de lomo adobado al horno con champiñones
Fruta fresca de temporada

jueves

4 Sopa de ave con fideos
Tortilla de patata al horno
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Yogur natural

viernes

5 Crema de calabaza, patata y zanahoria
San Jacobo de jamón y queso frito con patatas asadas al horno
Fruta fresca de temporada

8 Menestra de verduras con coliflor, judías, guisantes y zanahorias
Tortilla de patata al horno
Ensalada de lechuga, remolacha y aceitunas
Yogur natural

9 **Potaje de garbanzos ECO con verduras de temporada**
Pescadilla al horno con pisto de verduras
Fruta fresca de temporada

10 **Macarrones integrales** con salsa de tomate
Hamburguesa mixta al horno con ensalada de lechuga, apio y maíz
Fruta fresca de temporada

11 Alubias pintas estofadas con calabacín, puerro, zanahoria y pimentón
Porciones de salmón en salsa con patata panadera
Fruta fresca de temporada

12 Crema de coliflor, puerro, zanahoria y judía verde
Pechuga de pollo al horno con patata dado asada
Fruta fresca de temporada

15 **Patatas guisadas con ternera IGP**
Tortilla francesa al horno
Fruta fresca de temporada

16 Lentejas con puerro, calabacín y zanahoria guisadas con pimentón
Pavo guisado con guisantes, zanahoria y patata
Fruta fresca de temporada

17 Arroz con champiñones y verduras de temporada
Merluza en salsa marinera con guisantes al horno
Fruta fresca de temporada

18 **Garbanzos ECO con calabacín y zanahoria estofados con pimentón**
Tortilla de patata al horno
Ensalada con atún
Yogur natural

19 Judías verdes con jamón, refrito de ajitos y tomate
Jamoncitos de pollo asados al limón con patatas
Fruta fresca de temporada

22 Lentejas con puerro, calabacín y zanahoria guisadas con pimentón
Delicias de pescado fritas
Fruta fresca de temporada

23 Crema de calabaza, patata y zanahoria
Albóndigas mixtas al horno a la jardinera
Fruta fresca de temporada

24 Negritos guisados con pimentón y **arroz integral**
Tortilla de patata al horno
Ensalada de lechuga, remolacha y aceitunas
Yogur natural

25 **Macarrones integrales** con sofrito de tomate casero
Merluza al horno con salsa de calabacín
Fruta fresca de temporada

26 Sopa minestrone con pasta
Fiambre de lomo adobado al horno con patatas
Fruta fresca de temporada

29 Judías verdes con jamón, refrito de ajitos y tomate
Pechuga de pollo al horno
Ensalada de lechuga, apio y maíz
Fruta fresca de temporada

30 Alubias blancas a la jardinera con zanahoria, puerro y calabacín
Pescadilla al horno con pisto de verduras
Fruta fresca de temporada



Las ensaladas se aliñan con Aceite de Oliva Virgen Extra

Se ofrece pan integral dos días a la semana

Frutas de temporada: manzana, pera, plátano, naranja y mandarina

Ecológico
Producto de Cercanía Local

Uso de sal yodada en la elaboración de los platos

El menú incluye agua y pan. Estos menús fueron revisados y aprobados por el equipo de nutricionistas de Ausolan. En el comedor se sirven las cantidades de acuerdo a la edad de los comensales.

Por causa de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú.



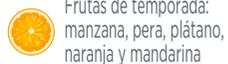
lunes

martes

miércoles

jueves
festivos
viernes


6 Lentejas con puerro, calabacín y zanahoria, guisadas con pimentón Albóndigas de pescado en salsa de pimienta verde Lechuga, aceitunas y maíz Fruta fresca de temporada	7 Arroz con sofrito de tomate Merluza en salsa marinera con guisantes al horno Fruta fresca de temporada	8 Alubias blancas estofadas con calabacín, puerro, zanahoria y pimentón Fiambre de lomo adobado al horno con champiñones Fruta fresca de temporada	9 Sopa de ave con fideos Tortilla de patata al horno Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Yogur natural	10 Crema de calabaza, patata y zanahoria San Jacobo de jamón y queso frito con patatas asadas al horno Fruta fresca de temporada
13 Menestra de verduras con coliflor, judías, guisantes y zanahorias Tortilla de patata al horno Ensalada de lechuga, remolacha y aceitunas Yogur natural	14 Potaje de garbanzos ECO con verduras de temporada Pescadilla al horno con pisto de verduras Fruta fresca de temporada	15 Macarrones integrales con salsa de tomate Hamburguesa mixta al horno con ensalada de lechuga, apio y maíz Fruta fresca de temporada	16 Alubias pintas estofadas con calabacín, puerro, zanahoria y pimentón Porciones de salmón en salsa con patata panadera Fruta fresca de temporada	17 Crema de coliflor, puerro, zanahoria y judía verde Pechuga de pollo al horno con patata dado asada Fruta fresca de temporada
20 Patatas guisadas con ternera IGP Tortilla francesa al horno Fruta fresca de temporada	21 Lentejas con puerro, calabacín y zanahoria guisadas con pimentón Pavo guisado con guisantes, zanahoria y patata Fruta fresca de temporada	22 Arroz con champiñones y verduras de temporada Merluza en salsa marinera con guisantes al horno Fruta fresca de temporada	23 Garbanzos ECO con calabacín y zanahoria estofados con pimentón Tortilla de patata al horno Ensalada con atún Yogur natural	24 Judías verdes con jamón, refrito de ajitos y tomate Jamoncitos de pollo asados al limón con patatas Fruta fresca de temporada
27 Lentejas con puerro, calabacín y zanahoria guisadas con pimentón Delicias de pescado fritas Fruta fresca de temporada	28 Crema de calabaza, patata y zanahoria Albóndigas mixtas al horno a la jardinera Fruta fresca de temporada	29 Negritos guisados con pimentón y arroz integral Tortilla de patata al horno Ensalada de lechuga, remolacha y aceitunas Yogur natural	30 Macarrones integrales con sofrito de tomate casero Merluza al horno con salsa de calabacín Fruta fresca de temporada	31 Sopa minestrone con pasta Fiambre de lomo adobado al horno con patatas Fruta fresca de temporada



El menú incluye agua y pan. Estos menús fueron revisados y aprobados por el equipo de nutricionistas de Ausolan. En el comedor se sirven las cantidades de acuerdo a la edad de los comensales.

Por causa de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú.

lunes

- 3** Judías verdes con jamón, refrito de ajitos y tomate
Pechuga de pollo al horno
Ensalada de lechuga, apio y maíz
Fruta fresca de temporada
- 10** Lentejas con puerro, calabacín y zanahoria, guisadas con pimentón
Albóndigas de pescado en salsa de pimiento verde
Lechuga, aceitunas y maíz
Fruta fresca de temporada
- 17** Menestra de verduras con coliflor, judías, guisantes y zanahorias
Tortilla de patata al horno
Ensalada de lechuga, remolacha y aceitunas
Yogur natural

martes

- 4** Alubias blancas a la jardinera con zanahoria, puerro y calabacín
Pescadilla al horno con pisto de verduras
Fruta fresca de temporada
- 11** Arroz con sofrito de tomate
Merluza en salsa marinera con guisantes al horno
Fruta fresca de temporada
- 18** **Potaje de garbanzos ECO con verduras de temporada**
Pescadilla al horno 
Fruta fresca de temporada

miércoles

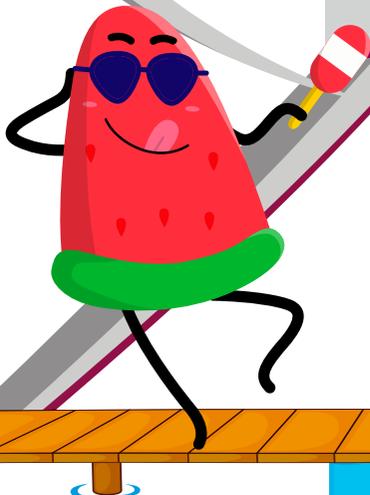
- 5** **Macarrones integrales** con salsa de tomate
Payo guisado con guisantes, zanahoria y patata
Fruta fresca de temporada
- 12** Alubias blancas estofadas con calabacín, puerro, zanahoria y pimentón
Fiambre de lomo adobado al horno con champiñones
Fruta fresca de temporada
- 19** **Macarrones integrales** con salsa de tomate
Hamburguesa mixta al horno con ensalada de lechuga, apio y maíz
Fruta fresca de temporada

jueves

- 6** **Potaje de garbanzos ECO con espinacas** 
Tortilla francesa al horno
Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz
Yogur natural
- 13** Sopa de ave con fideos
Tortilla de patata al horno
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Yogur natural
- 20** Alubias pintas estofadas con calabacín, puerro, zanahoria y pimentón
Porciones de salmón en salsa con patata panadera
Fruta fresca de temporada

viernes

- 7** Crema de calabacín, patata y cebolla
Porciones de salmón en salsa con patata panadera
Fruta fresca de temporada
- 14** Crema de calabaza, patata y zanahoria
San Jacobo de jamón y queso frito con patatas asadas al horno
Fruta fresca de temporada
- 21** Crema de coliflor, puerro, zanahoria y judía verde
Pechuga de pollo al horno con patata dado asada
Fruta fresca de temporada



vacaciones



 Las ensaladas se aliñan con Aceite de Oliva Virgen Extra

 Se ofrece pan integral dos días a la semana

 Frutas de temporada: manzana, pera, plátano, naranja y mandarina

 Ecológico  Producto de Cercanía Local

 Uso de sal yodada en la elaboración de los platos

 El menú incluye agua y pan. Estos menús fueron revisados y aprobados por el equipo de nutricionistas de Ausolan. En el comedor se sirven las cantidades de acuerdo a la edad de los comensales.

Por causa de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú.