

Menú Escolar

Abril 2026

Ausolan.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>6</p> <p>Patatas en salsa verde con guisantes y perejil</p> <p>Albóndigas mixtas guisadas con cebolla y pimiento rojo</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria rallada</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p> por la noche: Verdura / Carne/Huevo/ Lácteo</p>	<p>7</p> <p>Lentejas a la jardinera con puerro, calabacín y pimentón</p> <p>Filete de pescadilla al horno en salsa de manzana</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p>Verdura /Carne/ Arroz / Fruta</p>	<p>8</p> <p>Crema de coliflor, puerro, zanahoria y judía verde</p> <p>Filete de lomo adobado al horno con patatas asadas</p> <p>Yogur natural sin azúcar</p> <p>Verdura / Pescado/ Legumbre/ Fruta</p>	<p>9</p> <p>Potaje de garbanzos con espinacas</p> <p>Tortilla de patata al horno</p> <p>Ensalada de lechuga y aceitunas</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p>Verdura /Pasta/ Pescado/ Fruta</p>	<p>10</p> <p>Ensalada de pasta con atún, aceitunas, huevo y maíz</p> <p>Pechuga de pollo a la plancha en salsa con champiñones</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p>Verdura /Legumbre/ Pescado/ Lácteo</p>
<p>13</p> <p>Fréjoles con refrito de ajitos, jamón curado y tomate</p> <p>Tortilla de patata al horno</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p> por la noche: Verdura / Legumbre / Arroz / Fruta</p>	<p>14</p> <p>Fabas pintas estofadas con calabacín, puerro, zanahoria y pimentón</p> <p>Filete de xarda en salsa de tomate casera</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria rallada</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p>Verdura / Carne /Pescado/Lácteo</p>	<p>15</p> <p>Arroz con sofrito de tomate casero</p> <p>Lentejas a la jardinera con puerro, calabacín y pimentón</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p>Verdura /Huevo/Pescado / Fruta</p>	<p>16</p> <p>Crema de calabacín, cebolla y patata</p> <p>Pavo guisado con guisantes y zanahoria</p> <p>Ensalada de lechuga y aceitunas</p> <p>Yogur natural sin azúcar</p> <p>Verdura / Legumbre / Huevo/ Fruta</p>	<p>17</p> <p>Macarrones integrales a la napolitana </p> <p>Merluza al horno en salsa marinera con guisantes</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p>Verdura / Huevo/Patata /Lácteo</p>
<p>20</p> <p>Lentejas a la jardinera con puerro, calabacín y pimentón</p> <p>Hamburguesa mixta a la plancha</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p> por la noche: Verdura / Pasta/Pescado/Fruta</p>	<p>21</p> <p>Arroz con salsa de tomate casera</p> <p>Filete de pescadilla al horno con salsa verde</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p>Verdura / Huevo / Arroz /Lácteo</p>	<p>22</p> <p>Fabas estofadas con puerro, zanahoria y calabacín</p> <p>Tortilla de patata al horno</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Yogur natural sin azúcar</p> <p>Verdura / Pescado / Huevo / Fruta</p>	<p>23</p> <p>Sopa minestrone con verduras de temporada</p> <p>Jamoncitos de pollo ecológicos asados</p> <p>Ensalada de lechuga y aceitunas</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p>Verdura / Legumbre / Huevo/ Lácteo</p>	<p>24</p> <p>Crema de calabaza, patata y zanahoria </p> <p>Albóndigas de pescado al horno en salsa de pimiento verde y perejil</p> <p>Salteado de arroz integral</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p>Verdura / Carne /Huevo / Fruta</p>
<p>27</p> <p>Arroz con guisantes y zanahoria</p> <p>Filete de lomo adobado al horno</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p> por la noche: Verdura / Pescado/ Lácteo</p>	<p>28</p> <p>Ensalada de garbanzos con aceituna, maíz, atún y pimiento rojo</p> <p>Tortilla francesa al horno</p> <p>Zanahoria baby al vapor</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p>Verdura / Pescado / Pasta / Fruta</p>	<p>29</p> <p>Ensalada primaveral </p> <p>Macarrones integrales con boloñesa vegetal </p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p>Verdura / Legumbre /Huevo/ Fruta</p>	<p>30</p> <p>Fabas a la jardinera con puerro, zanahoria y guisadas con pimentón</p> <p>Filete de merluza empanada al horno</p> <p>Ensalada de lechuga y aceitunas</p> <p>Yogur natural sin azúcar</p> <p>Verdura / Carne /Patata / Fruta</p>	



*Uso de sal yodada en la elaboración de los platos. 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, melón y sandía. En el comedor se sirven las cantidades de acuerdo a la edad de los comensales.El menú incluye agua de grifo y pan. Estos menús fueron revisados y aprobados por el equipo de dietistas-nutricionistas de Ausolan

*Por causas 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 FESTIVO	5 Sopa de ave con fideos Jamoncitos de pollo ecológicos asados con verduras de temporada Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada Verdura / Huevo / Legumbre/ Lácteo	6 Fabas pintas estofadas con calabacín, puerro, zanahoria y pimentón Tortilla de patata al horno Ensalada de lechuga y aceitunas Yogur natural sin azúcar Verdura / Pescado/ Huevo / Fruta	7 Menestra de verduras con coliflor, judías, guisantes y zanahorias Filete de lomo adobado a la plancha Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada Verdura / Carne / Arroz / Fruta	8 Macarrones integrales con salsa de tomate y queso al gratén Medallón de salmón y calabaza en salsa Fruta fresca de temporada Verdura / Carne /Huevo / Fruta
11 Patatas en salsa verde con guisantes y perejil Albóndigas mixtas guisadas con cebolla y pimiento rojo Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada por la noche: Verdura / Pescado/Huevo/ Lácteo	12 Lentejas a la jardinera con puerro, calabacín y pimentón Filete de pescadilla al horno en salsa de manzana Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada Verdura /Pescado/ Arroz / Fruta	13 Crema de coliflor, puerro, zanahoria y judía verde Filete de lomo adobado al horno con patatas asadas Yogur natural sin azúcar Verdura / Pescado/ Legumbre/ Fruta	14 Potaje de garbanzos con espinacas Tortilla de patata al horno Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca de temporada Verdura /Pasta/ Pescado/ Fruta	15 Ensalada de pasta con atún, aceitunas, huevo y maíz Pechuga de pollo a la plancha en salsa con champiñones Fruta fresca de temporada Verdura /Legumbre/ Pescado/ Lácteo
18 Fréjoles con refrito de ajitos, jamón curado y tomate Tortilla de patata al horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada por la noche: Verdura / Legumbre / Arroz / Fruta	19 Fabas pintas estofadas con calabacín, puerro, zanahoria y pimentón Filete de xarda en salsa de tomate casera Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada Verdura / Carne /Pescado/Lácteo	20 Arroz con sofrito de tomate casero Lentejas a la jardinera con puerro, calabacín y pimentón Fruta fresca de temporada Verdura /Huevo/Pescado / Fruta	21 Crema de calabacín, cebolla y patata Pavo guisado con guisantes y zanahoria Ensalada de lechuga y aceitunas Yogur natural sin azúcar Verdura / Legumbre / Huevo/ Fruta	22 Macarrones integrales a la napolitana Merluza al horno en salsa marinera con guisantes Fruta fresca de temporada Verdura / Huevo/Patata /Lácteo
25 Lentejas a la jardinera con puerro, calabacín y pimentón Hamburguesa mixta a la plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca de temporada y por la noche: Verdura / Pasta/Pescado/Fruta	26 Crema de calabaza y zanahoria Macarrones con boloñesa vegetal Fruta fresca de temporada Verdura / Huevo / Arroz /Lácteo	27 Fabas estofadas con puerro, zanahoria y calabacín Tortilla de patata al horno Ensalada de lechuga y maíz Yogur natural sin azúcar Verdura / Pescado / Huevo / Fruta	28 Sopa minestrone con verduras de temporada Jamoncitos de pollo ecológicos asados Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca de temporada Verdura / Legumbre / Huevo/ Lácteo	29 Crema de calabaza, patata y zanahoria Albóndigas de pescado al horno en salsa de pimiento verde y perejil Salteado de arroz integral Fruta fresca de temporada Verdura / Carne /Huevo / Fruta



*Uso de sal yodada en la elaboración de los platos. 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, melón y sandía. En el comedor se sirven las cantidades de acuerdo a la edad de los comensales.El menú incluye agua de grifo y pan. Estos menús fueron revisados y aprobados por el equipo de dietistas-nutricionistas de Ausolan

*Por causas 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 Arroz con guisantes y zanahoria Filete de lomo adobado al horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada	2 Ensalada de garbanzos con aceituna, maíz, atún y pimiento rojo Tortilla francesa al horno Zanahoria baby al vapor Fruta fresca de temporada	3 Ensalada primaveral Macarrones integrales con boloñesa vegetal Fruta fresca de temporada	4 Fabas a la jardinera con puerro, zanahoria y guisadas con pimentón Filete de merluza empanada al horno Ensalada de lechuga y aceitunas Yogur natural sin azúcar	5 Crema de coliflor, puerro, zanahoria y judía verde Ragout de cerdo guisado con pimientos Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada
🌙 por la noche: Verdura / Pescado/ Lácteo	Verdura / Pescado / Pasta / Fruta	Verdura / Legumbre /Huevo/ Fruta	Verdura / Carne /Patata / Fruta	Verdura / Legumbre /Pescado / Fruta
8 Lentejas a la jardinera con puerro y calabacín Filete de merluza en salsa marinera con guisantes Fruta fresca de temporada	9 Sopa de ave con fideos Jamoncitos de pollo ecológicos asados con verduras de temporada Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada	10 Fabas pintas estofadas con calabacín, puerro, zanahoria y pimentón Tortilla de patata al horno Ensalada de lechuga y aceitunas Yogur natural sin azúcar	11 Menestra de verduras con coliflor, judías, guisantes y zanahorias Filete de lomo adobado a la plancha Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada	12 Macarrones integrales con salsa de tomate y queso al gratén Medallón de salmón y calabaza en salsa Fruta fresca de temporada
🌙 por la noche: Verdura / Carne /Patata / Fruta	Verdura / Huevo / Legumbre/ Lácteo	Verdura / Pescado/ Huevo / Fruta	Verdura / Carne / Arroz / Fruta	Verdura / Carne /Huevo / Fruta
15 Patatas en salsa verde con guisantes y perejil Albóndigas mixtas guisadas con cebolla y pimiento rojo Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada	16 Lentejas a la jardinera con puerro, calabacín y pimentón Filete de pescadilla al horno en salsa de manzana Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada	17 Crema de coliflor, puerro, zanahoria y judía verde Filete de lomo adobado al horno con patatas asadas Yogur natural sin azúcar	18 Potaje de garbanzos con espinacas Tortilla de patata al horno Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca de temporada	19 MENU ESPECIAL FIN DE CURSO
🌙 por la noche: Verdura / Pescado/Huevo/ Lácteo	Verdura /Carne/ Arroz / Fruta	Verdura / Pescado/ Legumbre/ Fruta	Verdura /Pasta/ Pescado/ Fruta	



Proyecto educativo



Sostenibilidad



Recomendaciones nutricionales



Iconografía



¡Verano!



*Uso de sal yodada en la elaboración de los platos. 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, melón y sandía. En el comedor se sirven las cantidades de acuerdo a la edad de los comensales.El menú incluye agua de grifo y pan. Estos menús fueron revisados y aprobados por el equipo de dietistas-nutricionistas de Ausolan
 *Por causas de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú