

Menú Escolar

Abril 2026

Ausolan.

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|--|--|--|---|--|
| 6 Arroz con sofrito de tomate casero Merluza empanada al horno Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca de temporada | 7 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 | 8 Lentejas ecológicas 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 | 9 Crema de coliflor, puerro, zanahoria y judía verde Filete de lomo adobado al horno con patatas asadas Yogur natural sin azúcar | 10 Potaje de garbanzos con espinacas Tortilla de patata al horno Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca de temporada |
|  y por la noche: Verdura / Carne/Huevo/ Lácteo | Verdura / Pescado/Huevo/ Lácteo | Verdura /Carne/ Arroz / Fruta | Verdura / Pescado/ Legumbre/ Fruta | Verdura /Pasta/ Pescado/ Fruta |
| 13 Macarrones integrales con salsa de tomate casera 🍏 Pechuga de pollo a la plancha en salsa con champiñones Fruta fresca de temporada | 14 Judías verdes con refrito de ajitos, jamón curado y tomate Tortilla de patata al horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada | 15 Alubias pintas estofadas con calabacín, puerro, zanahoria y pimentón Filete de abadejo en salsa de tomate casera Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada | 16 Arroz con sofrito de tomate casero Lentejas a la jardinera con puerro, calabacín y pimentón Fruta fresca de temporada | 17 Crema de calabacín, cebolla y patata Pavo guisado con guisantes y zanahoria Ensalada de lechuga y aceitunas Yogur natural sin azúcar |
|  por la noche: Verdura /Legumbre/ Pescado/ Lácteo | Verdura / Legumbre / Arroz / Fruta | Verdura / Carne /Pescado/Lácteo | Verdura /Huevo/Pescado / Fruta | Verdura / Legumbre / Huevo/ Fruta |
| 20 Macarrones integrales a la napolitana 🍏 Merluza al horno en salsa marinera con guisantes | 21 Lentejas a la jardinera con puerro, calabacín y pimentón Hamburguesa mixta a la plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca de temporada | 22 Arroz con salsa de tomate casera Filete de pescadilla al horno con salsa verde Fruta fresca de temporada | 23 alubias estofadas con puerro, zanahoria y calabacín Tortilla de patata al horno Ensalada de lechuga y maíz Yogur natural sin azúcar | 24 Sopa minestrone con verduras de temporada Jamoncitos de pollo asados Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca de temporada |
|  por la noche: Verdura / Huevo/Patata /Lácteo | Verdura / Pasta/Pescado/Fruta | Verdura / Huevo / Arroz /Lácteo | Verdura / Pescado / Huevo / Fruta | Verdura / Legumbre / Huevo/ Lácteo |
| 27 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 | 28 Arroz con guisantes y zanahoria Filete de lomo adobado al horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada | 29 Potaje de garbanzos con calabacín, zanahoria y puerro Tortilla francesa al horno Brócoli al vapor Fruta fresca de temporada | 30 Ensalada primaveral 🍏 Macarrones integrales con boloñesa vegetal Fruta fresca de temporada |  |
|  y por la noche: Verdura / Carne/Huevo / Fruta | Verdura / Pescado/ Lácteo | Verdura / Pescado / Pasta / Fruta | Verdura / Legumbre /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

Mayo 2026

Ausolan.

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|---|---|--|--|---|
| | | | | 1 FESTIVO |
| 4 Alubias a la jardinera con puerro, zanahoria y guisadas con pimentón Hamburguesa mixta a la plancha Ensalada de lechuga y aceitunas Yogur natural sin azúcar 🌱 | 5 Lentejas ecológicas a la jardinera con puerro y calabacín Filete de merluza en salsa marinera con guisantes Fruta fresca de temporada | 6 Sopa de ave con fideos Jamoncitos de pollo asados con verduras de temporada Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada | 7 Alubias pintas estofadas con calabacín, puerro, zanahoria y pimentón Tortilla de patata al horno Ensalada de lechuga y aceitunas Yogur natural sin azúcar | 8 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 |
| 🌙 ...y por la noche: Verdura / Carne / Patata / Fruta | Verdura / Carne / Patata / Fruta | Verdura / Huevo / Legumbre/ Lácteo | Verdura / Pescado/ Huevo / Fruta | Verdura / Carne / Arroz / Fruta |
| 11 Macarrones integrales con salsa de tomate y queso al gratén Salmón al horno en salsa de naranja Fruta fresca de temporada 🌱 | 12 Patatas en salsa verde con guisantes y perejil Albóndigas mixtas guisadas con cebolla y pimiento rojo Ensalada de lechuga y zanahoria rallada | 13 Lentejas ecológicas a la jardinera con puerro, calabacín y pimentón Filete de pescadilla al horno en salsa de manzana Ensalada de lechuga y maíz | 14 Crema de coliflor, puerro, zanahoria y judía verde Filete de lomo adobado al horno con patatas asadas | 15 Potaje de garbanzos con espinacas Tortilla de patata al horno Ensalada de lechuga y aceitunas |
| 🌙 ...y por la noche: Verdura / Carne / Huevo / Fruta | Verdura / Pescado/ Huevo/ Lácteo | Verdura / Carne/ Arroz / Fruta | Verdura / Pescado/ Legumbre/ Fruta | Verdura / Pasta/ Pescado/ Fruta |
| 18 Macarrones integrales con salsa de tomate casera 🌱 Pechuga de pollo a la plancha en salsa con champiñones Fruta fresca de temporada | 19 Judías verdes con refrito de ajitos, jamón curado y tomate Tortilla de patata al horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada | 20 Alubias pintas estofadas con calabacín, puerro, zanahoria y pimentón Filete de abadejo en salsa de tomate casera Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada | 21 Arroz con sofrito de tomate casero 🌱 Lentejas a la jardinera con puerro, calabacín y pimentón Fruta fresca de temporada | 22 Crema de calabacín, cebolla y patata Pavo guisado con guisantes y zanahoria Ensalada de lechuga y aceitunas Yogur natural sin azúcar |
| 🌙 por la noche: Verdura / Legumbre/ Pescado/ Lácteo | Verdura / Legumbre / Arroz / Fruta | Verdura / Pescado/ Huevo / Fruta | Verdura / Huevo/ Pescado / Fruta | Verdura / Legumbre / Huevo/ Fruta |
| 25 Macarrones integrales a la napolitana 🌱 Merluza al horno en salsa marinera con guisantes | 26 Lentejas a la jardinera con puerro, calabacín y pimentón Hamburguesa mixta a la plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca de temporada | 27 Crema de calabaza y zanahoria Macarrones con boloñesa vegetal Fruta fresca de temporada 🌱 | 28 Alubias estofadas con puerro, zanahoria y calabacín Tortilla de patata al horno Ensalada de lechuga y maíz Yogur natural sin azúcar | 29 Sopa minestrone con verduras de temporada Jamoncitos de pollo asados Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca de temporada |
| 🌙 por la noche: Verdura / Huevo/ Patata / Lácteo | Verdura / Pasta/ Pescado/ Fruta | Verdura / Huevo / Arroz / Lácteo | Verdura / Pescado / Huevo / Fruta | Verdura / Legumbre / Huevo/ Lácteo |



*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 Potaje de garbanzos con calabacín, zanahoria y puerro Tortilla francesa al horno Brócoli al vapor Fruta fresca de temporada | 3 Ensalada primaveral Macarrones integrales con boloñesa vegetal Fruta fresca de temporada | 4 Alubias 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 |
| 🌙 y por la noche: Verdura / Pescado / Lácteo | Verdura / Pescado / Pasta / Fruta | Verdura / Legumbre / Huevo / Fruta | Verdura / Carne / Patata / Fruta | Verdura / Legumbre / Pescado / Fruta |
| 8 Lentejas ecológicas 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 asados con verduras de temporada Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada | 10 Alubias 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 Salmón al horno en salsa de naranja Fruta fresca de temporada |
| 🌙 y 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 pimienta roja Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada | 16 Lentejas ecológicas 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 MENU ESPECIAL FIN DE CURSO | 19 Macarrones integrales con salsa de tomate casera Pechuga de pollo a la plancha en salsa con champiñones Fruta fresca de temporada |
| 🌙 y por la noche: Verdura / Pescado/Huevo/ Lácteo | Verdura /Carne/ Arroz / Fruta | Verdura / Pescado/ Legumbre/ Fruta | | Verdura /Legumbre/ Pescado/ Lácteo |



*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