

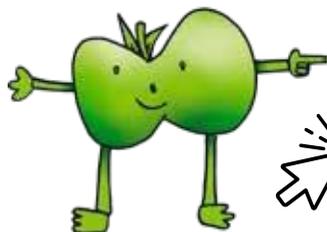
Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes



CLICA
para saber
más



fiesta

- 9** Arroz a la milanesa
Merluza en salsa de pimientos con guisantes
Ensalada con atún
Fruta de temporada / Pan
Ensalada / Ave y verduras / Fruta o yogur
- 10** Lentejas con verduras
Jamoncitos de pollo al romero con patatas al horno
Ensalada con lechuga, tomate y aceitunas
Yogur natural / Pan
Verdura / Pesc. azul y ensalada / Fruta
- 11** Crema de calabaza
Pizza margarita casera con champiñones
Ensalada con fruta de temporada
Fruta de temporada / Pan
Verdura / Pesc. blanco y hummus / Fruta
- 12** Fideua de marisco
Longanizas con verduras asadas
Ensalada con lechuga, maíz y zanahoria
Bizcocho naranja casero bajo en azúcar/Pan
Verdura / Huevo y arroz / Fruta



- 15** Sopa de cocido
Cocido completo con tomate asado
Ensalada con manzana
Fruta de temporada / Pan
Verdura / Pesc. azul y pan / Fruta
- 16** Paella valenciana
Merluza al limón con zanahoria
Ensalada con queso fresco
Fruta de temporada / Pan
Ensalada / Huevo y boniato / Fruta o yogur
- 17** Alubias con chorizo
Lomo asado con pimiento italiano
Ensalada de la huerta
Yogur natural / Pan
Ensalada / Pesc. blanco y arroz / Fruta
- 18** Pasta carbonara
Atún con tomate y brócoli
Ensalada de temporada
Fruta de temporada / Pan
Ensalada / Ave y guisantes / Fruta
- 19** Crema de verduras
Albóndigas caseras de ternera con patatas fritas
Ensalada tropical
Fruta de temporada / Pan
Ensalada / Huevo y pasta / Fruta o yogur



- 22** Arroz a la cubana
Longanizas con calabacín
Ensalada con lechuga, col lombarda y zanahoria
Fruta de temporada / Pan
Ensalada / Pesc. blanco y verduras / Fruta
- 23** Estofado de garbanzos
Huevos rancheros con bacon y berenjena asada
Ensalada con lechuga, tomate y brotes de soja
Fruta de temporada / Pan
Verdura / Carne roja y boniato / Fruta o yogur
- 24** Macarrones boloñesa
Gallineta a la andaluza con zanahoria
Ensalada con lechuga, tomate y aceitunas
Yogur natural / Pan
Verdura / Huevo y pan / Fruta
- 25** Hervido valenciano
Jamoncitos de pollo con chips vegetales
Ensalada con fruta de temporada
Fruta de temporada / Pan
Ensalada / Pesc. azul y arroz / Fruta
- 26** Olleta alicantina
Jamón en su jugo con patata al horno
Ensalada con lechuga, pimiento y maíz
Pan de calatrava bajo en azúcar / Pan
Verdura / Huevo y habas / Fruta



- 29** Patatas a la boloñesa vegetal
Hamburguesa mixta con verduras asadas
Ensalada con lechuga, apio y col lombarda
Fruta de temporada / Pan
Ensalada / Huevo y arroz / Fruta o yogur
- 30** Sopa de lluvia
Goulash de ternera con arroz salteado
Ensalada mezclum
Fruta de temporada / Pan
Ensalada / Pesc. blanco y pan / Fruta o yogur



Estos menús han sido revisados y aprobados por el equipo de dietistas nutricionistas colegiadas de Ausolan. Por causa de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú.



Los menores de seis años no comen frutos secos y el primer plato de ensalada se cambia por puré de verdura cuando sea necesario