

# Ausolan.

LOPE DE VEGA

Basal

Mayo  
2026

3º PRIMARIA - BACHILLERATO

Comida



- Festivo
- 100% Vegetal
- Día especial

Todos los menús se sirven con pan

Juntos en tu día a día  
[menuo.ausolan.com](http://menuo.ausolan.com)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				1 <b>Festivo</b>
<b>4</b> Lentejas con verduras Croquetas de bacalao Guisantes ecológicos salteados Abadejo a la provenzal Fruta o lácteo Surtido de panes <b>Kcal. 1015 h.c. 101,4 lip. 44,7 p. 43,9</b>	<b>5</b> Paella Tortilla francesa con pisto Rollito vietnamita veggie Fruta o lácteo Surtido de panes <b>Kcal. 1153 h.c. 118,0 lip. 57,1 p. 39,6</b>	<b>6</b> Alubias con chorizo Alitas de pollo con pimiento Albóndigas vegetales en salsa con jardinera de verduras Fruta o lácteo Surtido de panes <b>Kcal. 929 h.c. 87,0 lip. 39,0 p. 47,0</b>	<b>7</b> Espaguetis integrales con caballa y albahaca y tomate fresco Hamburguesa de vacuno y cerdo a la plancha Brócoli al vapor Salmón al horno Fruta o lácteo Surtido de panes <b>Kcal. 1092 h.c. 108,7 lip. 49,6 p. 45,7</b>	<b>8</b> Gulasz schab ze slivkami marchewka z groszkiem ryba po grecku Pan de calatrava bajo en azúcar Surtido de panes <b>Kcal. 1305 h.c. 113,8 lip. 55,6 p. 79,8</b>
<b>11</b> Paella de marisco Merluza asada Tomate al horno Cordon Bleu Fruta o lácteo Surtido de panes <b>Kcal. 927 h.c. 113,4 lip. 37,3 p. 31,6</b>	<b>12</b> Garbanzos estofados con verduras Pizza casera barbacoa vegetal con berenjena asada Bacalao Fruta o lácteo Surtido de panes <b>Kcal. 1130 h.c. 142,6 lip. 37,2 p. 46,1</b>	<b>13</b> Espirales carbonara Tortilla de queso Zanahoria al vapor Secreto en salsa de setas Fruta o lácteo Surtido de panes <b>Kcal. 1192 h.c. 107,8 lip. 60,3 p. 49,8</b>	<b>14</b> Hervido de hortalizas con patata Abadejo rebozado casero con pisto Hamburguesa de coliflor y queso Fruta o lácteo Surtido de panes <b>Kcal. 691 h.c. 64,2 lip. 31,8 p. 31,6</b>	<b>15</b> Crema de legumbres con verduras ecológicas Contramuslo de pollo asado con calabacín rehogado Boquerones al horno bizcocho naranja bajo en azúcar Surtido de panes <b>Kcal. 992 h.c. 98,1 lip. 39,2 p. 52,2</b>
<b>18</b> Patatas a la importancia Albóndigas de vacuno y cerdo en salsa con jardinera de verduras Verduras asadas Fogonero asado sobre cebolla y col rehogada Fruta o lácteo Surtido de panes <b>Kcal. 956 h.c. 79,4 lip. 54,3 p. 29,9</b>	<b>19</b> Sopa de cocido Cocido completo con berenjena asada Tortilla francesa Fruta o lácteo Surtido de panes <b>Kcal. 924 h.c. 108,8 lip. 29,6 p. 47,8</b>	<b>20</b> Lentejas con chorizo Ventresca de merluza a la andaluza casera con champiñones Hamburguesa de pollo Fruta o lácteo Surtido de panes <b>Kcal. 887 h.c. 88,7 lip. 36,1 p. 45,1</b>	<b>21</b> Arroz con secreto y ajetes Huevos rellenos con atún con pimiento Abadejo al horno Fruta o lácteo Surtido de panes <b>Kcal. 1131 h.c. 118,8 lip. 50,5 p. 47,3</b>	<b>22</b> Crema bretona Lomo adobado a la plancha con calabacín rehogado Fogonero asado Natillas caseras bajo en azúcar Surtido de panes <b>Kcal. 879 h.c. 92,1 lip. 33,8 p. 44,0</b>
<b>25</b> Espirales integrales al pesto Merluza al limón Brócoli al vapor Flamenquines Fruta o lácteo Surtido de panes <b>Kcal. 927 h.c. 102,0 lip. 33,1 p. 48,5</b>	<b>26</b> Lentejas con costilla Tortilla francesa con calabacín rehogado Hamburguesa de vacuno y cerdo a la plancha Fruta o lácteo Surtido de panes <b>Kcal. 1069 h.c. 91,5 lip. 53,4 p. 49,4</b>	<b>27</b> Sopa de fideos con garbanzos Delicias de bacalao en salsa de manzana con patatas fritas Lomo adobado a la plancha Fruta o lácteo Surtido de panes <b>Kcal. 1114 h.c. 142,2 lip. 38,3 p. 42,5</b>	<b>28</b> Crema de calabacín eco Jamón asado con guisantes salteados Tortilla con quesito Fruta o lácteo Surtido de panes <b>Kcal. 719 h.c. 68,8 lip. 25,7 p. 48,7</b>	<b>29</b> Potaje de garbanzos Jamoncitos de pollo al romero con salteado de calabaza Abadejo en salsa verde brownie chocolate bajo en azúcar Surtido de panes <b>Kcal. 1225 h.c. 157,9 lip. 42,4 p. 44,3</b>

Escolar-mes5-2026-C-comvn