



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
7	8	9	10	11	12	13
Comida						
		Arroz a la cubana con huevo duro Longanizas con cebolla rehogada Fogonero a la provenzal Fruta de temporada	Sopa de ave con fideos integrales Pavo al ajillo Tomate al horno Revuelto de huevo con queso Yogur natural con coulis de frutos rojos	Crema de legumbres con verduras ecológicas Merluza a la andaluza casera con verduras Abadejo al horno Fruta de temporada	Arroz meloso con magro y verdura Fogonero gratinado con bechamel casera con guisantes salteados Fruta de temporada	Macarrones carbonara Pollo asado con verduras Fruta de temporada
		Kcal. 1232 h.c. 119,7 lip. 66,1 p. 35,7	Kcal. 746 h.c. 65,4 lip. 29,8 p. 49,5	Kcal. 824 h.c. 84,4 lip. 34,7 p. 35,2	Kcal. 1069 h.c. 124,4 lip. 39,1 p. 52,3	Kcal. 836 h.c. 97,5 lip. 34,6 p. 31,6
Cena						
	Sopa de fideos con caldo casero Hamburguesa completa de pollo y cerdo (lechuga, tomate, bacon, queso, ketchup) con patatas fritas Yogur natural	Macarrones con atún Lomo en salsa de verduras Brócoli al vapor Fruta de temporada	Puré de calabacín Pollo asado con berenjena asada Fruta de temporada	Espaguetis con champiñones Tortilla de queso con calabacín rehogado Yogur natural	Hervido (patata, zanahoria y judías verdes) Flamenquines Pisto de verdura casero Fruta de temporada	Sopa de arroz con caldo casero Pizza casera de jamón cocido Fruta de temporada
	Kcal. 917 h.c. 88,2 lip. 46,4 p. 32,7	Kcal. 896 h.c. 100,6 lip. 33,8 p. 44,7	Kcal. 642 h.c. 62,4 lip. 30,8 p. 25,6	Kcal. 900 h.c. 88,7 lip. 41,4 p. 39,5	Kcal. 1122 h.c. 104,9 lip. 60,3 p. 35,8	Kcal. 736 h.c. 105,0 lip. 20,6 p. 31,2

Todos los menús se sirven con pan.

En el servicio de hotel se ofertarán postres caseros/helado y gazpacho a diario, también se dispondrá de ensaladilla rusa dos veces por semana

Festivo

100% Vegetal

Día especial

 Infórmate de los alérgenos de cada plato en:
menuo.ausolan.com

Responsable sanitario del centro

Lucía Belén Desena Cereijo
Col. CV02017





Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
14	15	16	17	18	19	20
Comida						
Lentejas ecológicas estofadas con verduras Huevos rellenos con atún con guisantes salteados Fogonero asado Fruta de temporada	Arroz meloso de pescado de lonja Pollo al chilindrón con zanahoria Tofu al curry Fruta de temporada	Espirales integrales con pisto casero de hortalizas Hamburguesa vegetal Pimiento Albóndigas vegetales en salsa con jardinera de verduras Fruta de temporada	Potaje de garbanzos con tomate natural Lomo en salsa de verduras Brócoli al vapor Revuelto de huevo con champiñones Yogur natural	Hervido (patata, zanahoria y judías verdes) Abadejo rebozado casero con salteado de calabaza Calamar encebollado Fruta de temporada	Arroz Pollo al curry con judías verdes salteadas con ajito Yogur natural	Macarrones a la napolitana Abadejo rebozado casero con coliflor al horno Fruta de temporada
Kcal. 878 h.c. 99,4 lip. 32,0 p. 42,0	Kcal. 984 h.c. 100,1 lip. 44,3 p. 43,9	Kcal. 944 h.c. 128,4 lip. 34,0 p. 23,7	Kcal. 919 h.c. 96,5 lip. 33,0 p. 49,7	Kcal. 706 h.c. 74,0 lip. 30,2 p. 31,0	Kcal. 817 h.c. 72,7 lip. 32,6 p. 55,9	Kcal. 750 h.c. 97,1 lip. 21,6 p. 39,2
Cena						
Lacitos con aceite y orégano Magro de jamón en salsa con calabacín rehogado Fruta de temporada	Puré de calabaza Pavo a la naranja con berenjena rehogada Yogur natural	Risotto cremoso de champiñones Merluza a la andaluza casera Pisto de verdura casero Fruta de temporada	Sopa de picadillo Pizza casera de atún Fruta de temporada	Macarrones con salteado de bacon Tortilla de queso Tomate al horno Fruta de temporada	Ensalada completa con atún y crudités Lomo con huevo y patatas con calabacín rehogado Fruta de temporada	Ensalada completa de pavo Sándwich mixto caliente con patatas fritas Yogur natural
Kcal. 968 h.c. 133,9 lip. 27,4 p. 43,1	Kcal. 686 h.c. 48,3 lip. 32,9 p. 46,3	Kcal. 1188 h.c. 157,8 lip. 43,3 p. 39,0	Kcal. 746 h.c. 91,1 lip. 28,9 p. 27,0	Kcal. 1082 h.c. 96,8 lip. 59,1 p. 38,8	Kcal. 747 h.c. 50,8 lip. 38,9 p. 47,1	Kcal. 723 h.c. 73,2 lip. 31,0 p. 33,5

Todos los menús se sirven con pan.

En el servicio de hotel se ofertarán postres caseros/helado y gazpacho a diario, también se dispondrá de ensaladilla rusa dos veces por semana

■ Festivo
 ■ 100% Vegetal
 ■ Día especial
 Infórmate de los alérgenos de cada plato en:
menuo.ausolan.com

Responsable
sanitario del
centro



Lucía Belén Desena Cereijo
Col. CV02017

Juntos en tu día a día



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
21	22	23	24	25	26	27
Comida						
Arroz integral salteado con gambas Magro de jamón en salsa Tomate al horno Merluza estilo Cantonés Fruta ecológica	Lentejas con calabacín y zanahoria Tortilla francesa con berenjena asada Revuelto con calabacín Fruta de temporada	Puré de calabaza y boniato Pizza casera barbacoa vegetal con zanahoria Wrap vegetal Fruta de temporada	Guisado de hortalizas Abadejo en salsa verde Pimiento Fogonero a la andaluza casera Yogur natural con mango triturado	Sopa de cocido Carne, verdura y garbanzos del cocido con salteado de calabacín ecológico Salmón al horno Fruta de temporada	Arroz con tomate Longanizas Pimiento Yogur natural	Fideuá de montaña Tortilla francesa con caballa con verduras Fruta de temporada
Kcal. 665 h.c. 82,9 lip. 20,1 p. 37,1	Kcal. 966 h.c. 93,9 lip. 44,5 p. 40,9	Kcal. 1194 h.c. 103,1 lip. 68,5 p. 33,9	Kcal. 673 h.c. 57,8 lip. 33,9 p. 30,5	Kcal. 875 h.c. 114,6 lip. 25,3 p. 39,9	Kcal. 1062 h.c. 112,6 lip. 51,1 p. 35,8	Kcal. 1147 h.c. 113,3 lip. 55,0 p. 44,4
Cena						
Espirales al pesto Alitas de pollo con patatas Fruta de temporada	Patatas gratinadas con bechamel casera Lomo en salsa de verduras con calabacín rehogado Yogur natural	Arroz salteado con ajetes Pavo en salsa chimichurri Coliflor salteada Yogur natural	Espaguetis integrales boscaiola Hamburguesa de pollo y cerdo a la plancha con cebolla rehogada Fruta de temporada	Puré de boniato y puerro Costillas en salsa barbacoa con berenjena asada Yogur natural	Macarrones con salsa de queso Nuggets de pollo Tomate al horno Fruta de temporada	Ensalada completa de atún Lomo con huevo y patatas Coliflor salteada Yogur natural
Kcal. 825 h.c. 101,8 lip. 28,6 p. 38,1	Kcal. 758 h.c. 70,2 lip. 33,6 p. 39,8	Kcal. 822 h.c. 87,1 lip. 35,2 p. 36,6	Kcal. 879 h.c. 103,2 lip. 34,8 p. 33,1	Kcal. 850 h.c. 52,6 lip. 52,3 p. 39,5	Kcal. 1116 h.c. 110,9 lip. 53,7 p. 43,9	Kcal. 870 h.c. 42,6 lip. 49,2 p. 60,6

Todos los menús se sirven con pan.

En el servicio de hotel se ofertarán postres caseros/helado y gazpacho a diario, también se dispondrá de ensaladilla rusa dos veces por semana

Festivo

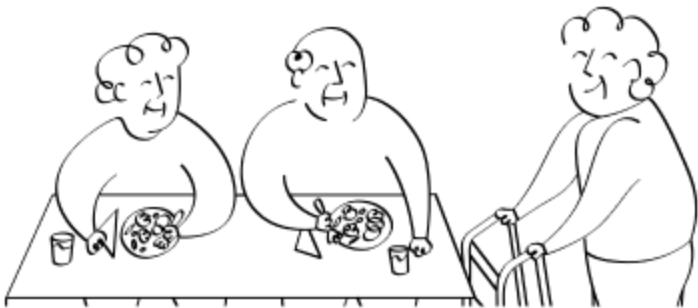
100% Vegetal

Día especial

Infórmate de los alérgenos de cada plato en:
menuo.ausolan.com

Responsable sanitario del centro

Lucía Belén Desena Cereijo
Col.CV02017



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
28	29	30	1	2	3	4
Comida						
Patatas a la importancia Hamburguesa de pollo y cerdo a la plancha con salteado de calabacín ecológico Fogonero asado sobre cebolla y col rehogada Fruta de temporada	Alubias con verduras de temporada Pavo en salsa de verduras con berenjena asada Tortilla francesa Fruta de temporada	Sopa cubierta con pasta integral (caldo casero de pollo, huevo) Hojaldre carbonara vegetal Guisantes ecológicos salteados Fajita de verduras y soja Fruta de temporada				
Kcal. 686 h.c. 67,6 lip. 34,0 p. 25,9	Kcal. 854 h.c. 84,1 lip. 35,5 p. 40,5	Kcal. 617 h.c. 66,9 lip. 27,9 p. 20,3				
Cena						
Crema de calabacín Contramuslo empanado casero troceado con cebolla rehogada Yogur natural	Macarrones con atún Fogonero a la andaluza casera Tomate al horno Fruta de temporada	Poke bowl con verduras Magro en salsa de manzana Guisantes salteados con cebolla Yogur natural				
Kcal. 669 h.c. 67,8 lip. 27,6 p. 33,5	Kcal. 957 h.c. 103,3 lip. 39,3 p. 44,8	Kcal. 1187 h.c. 120,1 lip. 47,2 p. 63,9				

Todos los menús se sirven con pan.

En el servicio de hotel se ofertarán postres caseros/helado y gazpacho a diario, también se dispondrá de ensaladilla rusa dos veces por semana

Festivo

100% Vegetal

Día especial

🔥

Infórmate de los alérgenos de cada plato en:
[menuo.ausolan.com](#)

Responsable sanitario del centro

Lucía Belén Desena Cereijo
Col.CV02017

Lucía Desena