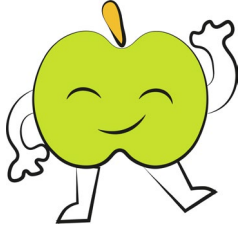











Menú Escolar

Abril 2025

Ausolan.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 Prt. 25 HC. 128 Lip. 24 Kcal. 823 Puré de calabacín ecológico con picatostes caseros.  Goulash de magro con cous cous Ensalada con lechuga, apio y col lombarda Fruta de temporada <hr/> Ensalada/huevo y guisantes/fruta	2 Prt. 30 HC. 90 Lip. 34 Kcal. 801 Ensalada de garbanzos tricolor (lechuga, aceitunas y zanahoria) Alitas de pollo al horno Patatas fritas Fruta de temporada <hr/> Verdura/pescado azul y boniato/fruta o yogur	3 Prt. 28 HC. 111 Lip. 32 Kcal. 824 Paella de verduras Merluza a la vasca (con huevo cocido y guisantes) Ensalada con lechuga, tomate, zanahoria y piña Yogur <hr/> Ensalada/ave y legumbre/fruta	4 DIA OVOLACTEOVEGETARIANO Espaguetis a la boloñesa de soja Revuelto de huevo con queso Ensalada con lechuga, col lombarda y zanahoria Fruta de temporada  <hr/> Verdura/pescado blanco y patata/fruta o yogur
7 Prt. 27 HC. 131 Lip. 18 Kcal. 768 Fideuá de montaña Bocaditos de bacalao al horno con bastones de boniato y ensalada Fruta de temporada <hr/> por la noche: Ensalada/huevo y legumbre/fruta	8 Prt. 25 HC. 130 Lip. 17 Kcal. 742 Ensalada con queso fresco Arroz milanesa (magro, guisantes, pimienta) Fruta de temporada <hr/> Verdura/pescado y patata/fruta o yogur	9 Prt. 35 HC. 111 Lip. 28 Kcal. 816 Sopa de picadillo con garbanzos (pollo, jamón)  Tosta de pisto con huevo duro Ensalada con fruta de temporada Yogur <hr/> Verdura/huevo y arroz/fruta	10 Prt. 29 HC. 84 Lip. 41 Kcal. 805 Patatas alemanas (salchicha, patata, mayonesa) Jamoncitos de pollo al romero con hortalizas salteadas y ensalada de lechuga, pepino y maíz Fruta de temporada <hr/> Ensalada/pescado blanco y pasta/fruta o yogur	11 Prt. 47 HC. 103 Lip. 21 Kcal. 763 Lentejas con zanahoria ecológica Fogonero gratinado Ensalada con lechuga, apio y col lombarda Fruta de temporada  <hr/> Verdura/huevo y boniato/fruta o yogur
14 Prt. 30 HC. 96 Lip. 25 Kcal. 713 Guisado marinero Huevos con bechamel Zanahoria baby al vapor y ensalada de lechuga con aceitunas Fruta de temporada <hr/> por la noche: Ensalada/ave y habas/fruta	15 Prt. 25 HC. 130 Lip. 17 Kcal. 742 Ensalada mixta con atún y queso fresco Paella valenciana  Yogur artesano <hr/> Verdura/pescado azul y patata/fruta	16 Prt. 30 HC. 122 Lip. 31 Kcal. 864 Espirales integrales con verduras Solomillo de cerdo a la naranja Ensalada mediterránea (lechuga, pepino, tomate, aceitunas)  Fruta de temporada <hr/> Ensalada /huevo y legumbre/fruta	17 FESTIVO	18 FESTIVO
21 FESTIVO	22 FESTIVO	23 FESTIVO	24 FESTIVO	25 FESTIVO
28 FESTIVO	29 Prt. 30 HC. 133 Lip. 29 Kcal. 892 Puré de zanahoria y guisantes eco con picatostes caseros Pizza casera con atún Tomate con orégano  Piña en su jugo  <hr/> Ensalada/huevo y moniato/fruta	30 Prt. 30 HC. 126 Lip. 41 Kcal. 968 Macarrones gratinados con tomate Hamburguesa de ternera y cerdo con salteado campestre y ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas Fruta de temporada  <hr/> Verdura/pescado blanco y legumbre/fruta	 	



Todos los días se sirve, acompañado al menú, pan blanco o integral y agua. Por causa de fuerza mayor, Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú.

Menú revisado por Asun Roca COL. N° CV00362