

Menú Escolar

Abril
2026

Ausolan.

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



Proyecto educativo



Sostenibilidad



Recomendaciones nutricionales



Iconografía

*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	Lentejas ecológicas a la jardinera con puerro y calabacín Filete de merluza en salsa marinera con guisantes Fruta fresca de temporada	5	Sopa de ave con fideos Jamoncitos de pollo asados con verduras de temporada Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada	6	Alubias pintas estofadas con calabacín, puerro, zanahoria y pimentón Tortilla de patata al horno Ensalada de lechuga y aceitunas Yogur natural sin azúcar	7	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	8	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 / Pasta/ Huevo/ Lácteo		Verdura / Pescado/ Huevo / Fruta		Verdura / Carne / Arroz / Fruta		Verdura / Carne /Huevo / Fruta	
11	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	12	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	13	Crema de coliflor, puerro, zanahoria y judía verde Filete de lomo adobado al horno con patatas asadas Yogur natural sin azúcar	14	Potaje de garbanzos con espinacas Tortilla de patata al horno Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca de temporada	15	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 /Pasta/ Pescado/ Fruta		Verdura /Legumbre/ Pescado/ Lácteo	
18	Judías verdes con refrito de ajitos, jamón curado y tomate Tortilla de patata al horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada	19	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	20	Arroz con sofrito de tomate casero Lentejas a la jardinera con puerro, calabacín y pimentón Fruta fresca de temporada 🍌	21	Crema de calabacín, cebolla y patata Pavo guisado con guisantes y zanahoria Ensalada de lechuga y aceitunas Yogur natural sin azúcar	22	Macarrones integrales a la napolitana Merluza al horno en salsa marinera con guisantes Fruta fresca de temporada 🍌
🌙 y por la noche: Verdura / Legumbre / Arroz / Fruta		Verdura / Legumbre /Huevo/ Fruta		Verdura /Huevo/Pescado / Fruta		Verdura / Legumbre / Huevo/ Fruta		Verdura / Huevo/Patata /Lácteo	
25	Lentejas a la jardinera con puerro, calabacín y pimentón Hamburguesa mixta a la plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca de temporada	26	Crema de calabaza y zanahoria Macarrones con boloñesa vegetal Fruta fresca de temporada 🍌	27	Alubias estofadas con puerro, zanahoria y calabacín Tortilla de patata al horno Ensalada de lechuga y maíz Yogur natural sin azúcar	28	Sopa minestrone con verduras de temporada Jamoncitos de pollo asados Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca de temporada	29	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
🌙 y por la noche: Verdura / Pasta/Pescado/Fruta		Verdura / Huevo / Arroz /Lácteo		Verdura / Pescado / Huevo / Fruta		Verdura / Legumbre / Huevo/ Lácteo		Verdura / Carne /Huevo / Fruta	



Proyecto educativo



Sostenibilidad



Recomendaciones nutricionales



Iconografía

*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 y por la noche: Verdura / Pescado/ Lácteo	2 Potaje de garbanzos con calabacín, zanahoria y puerro Tortilla francesa al horno Brócoli al vapor Fruta fresca de temporada Verdura / Pescado / Pasta / Fruta	3 Ensalada primaveral Macarrones integrales con boloñesa vegetal Fruta fresca de temporada Verdura / Legumbre /Huevo/ Fruta	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 Verdura / Carne /Patata / Fruta	5 Crema de coliflor, puerro, zanahoria y judía verde Ragout de cerdo guisado con pimientos Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada 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 y por la noche: Verdura / Carne /Patata / Fruta	9 Sopa de ave con fideos Jamoncitos de pollo asados con verduras de temporada Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada Verdura / Huevo / Legumbre/ Lácteo	10 Alubias pintas estofadas con calabacín, puerro, zanahoria y pimentón Tortilla de patata al horno Ensalada de lechuga y aceitunas Yogur natural sin azúcar Verdura / Pescado/ Huevo / Fruta	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 Verdura / Carne / Arroz / Fruta	12 Macarrones integrales con salsa de tomate y queso al gratén Salmón al horno en salsa de naranja Fruta fresca de temporada Verdura / Carne /Huevo / Fruta
15 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 y por la noche: Verdura / Pescado/Huevo/ Lácteo	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 Verdura /Carne/ Arroz / Fruta	17 Crema de coliflor, puerro, zanahoria y judía verde Filete de lomo adobado al horno con patatas asadas Yogur natural sin azúcar Verdura / Pescado/ Legumbre/ Fruta	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 Verdura /Legumbre/ Pescado/ Lácteo



¡Verano!



*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