

Menú Escolar

Abril 2026

Ausolan.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>6</p> <p>Macarrones integrales con salsa de tomate y queso al gratén</p> <p>Medallón de salmón y calabaza en salsa</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p></p> <p></p> <p>🌙 por la noche: Verdura / Carne / Huevo / Fruta</p>	<p>7</p> <p>Patatas en salsa verde con guisantes y perejil</p> <p>Albóndigas mixtas guisadas con cebolla y pimiento rojo</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria rallada</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p>Verdura / Pescado/Huevo/ Lácteo</p>	<p>8</p> <p>Lentejas a la jardinera con puerro, calabacín y pimentón</p> <p>Filete de pescadilla al horno en salsa de manzana</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p>Verdura /Carne/ Arroz / Fruta</p>	<p>9</p> <p>Crema de coliflor, puerro, zanahoria y judía verde</p> <p>Filete de lomo adobado al horno con patatas asadas</p> <p>Yogur natural sin azúcar</p> <p>Verdura / Pescado/ Legumbre/ Fruta</p>	<p>10</p> <p>Potaje de garbanzos con espinacas</p> <p>Tortilla de patata al horno</p> <p>Ensalada de lechuga y aceitunas</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p>Verdura /Pasta/ Pescado/ Fruta</p>
<p>13</p> <p>Ensalada de pasta con atún, aceitunas, huevo y maíz</p> <p>Pechuga de pollo a la plancha en salsa con champiñones</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p></p> <p>🌙 por la noche: Verdura /Legumbre/ Pescado/ Lácteo</p>	<p>14</p> <p>Fréjoles con refrito de ajitos, jamón curado y tomate</p> <p>Tortilla de patata al horno</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p>Verdura / Legumbre / Arroz / Fruta</p>	<p>15</p> <p>Fabas pintas estofadas con calabacín, puerro, zanahoria y pimentón</p> <p>Filete de xarda en salsa de tomate casera</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria rallada</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p>Verdura / Carne /Pescado/Lácteo</p>	<p>16</p> <p>Arroz con sofrito de tomate casero</p> <p>Lentejas a la jardinera con puerro, calabacín y pimentón</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p></p> <p>Verdura /Huevo/Pescado / Fruta</p>	<p>17</p> <p>Crema de calabacín, cebolla y patata</p> <p>Pavo guisado con guisantes y zanahoria</p> <p>Ensalada de lechuga y aceitunas</p> <p>Yogur natural sin azúcar</p> <p>Verdura / Legumbre / Huevo/ Fruta</p>
<p>20</p> <p>Macarrones integrales a la napolitana</p> <p>Merluza al horno en salsa marinera con guisantes</p> <p></p> <p>🌙 por la noche: Verdura / Huevo/Patata /Lácteo</p>	<p>21</p> <p>Lentejas a la jardinera con puerro, calabacín y pimentón</p> <p>Hamburguesa mixta a la plancha</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p>Verdura / Pasta/Pescado/Fruta</p>	<p>22</p> <p>Arroz con salsa de tomate casera</p> <p>Filete de pescadilla al horno con salsa verde</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p>Verdura / Huevo / Arroz /Lácteo</p>	<p>23</p> <p>Fabas estofadas con puerro, zanahoria y calabacín</p> <p>Tortilla de patata al horno</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Yogur natural sin azúcar</p> <p>Verdura / Pescado / Huevo / Fruta</p>	<p>24</p> <p>Sopa minestrone con verduras de temporada</p> <p>Jamoncitos de pollo ecológicos asados</p> <p>Ensalada de lechuga y aceitunas</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p>Verdura / Legumbre / Huevo/ Lácteo</p>
<p>27</p> <p>Crema de calabaza, patata y zanahoria</p> <p>Albóndigas de pescado al horno en salsa de pimiento verde y perejil</p> <p>Salteado de arroz integral</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p></p> <p>🌙 por la noche: Verdura / Carne /Huevo / Fruta</p>	<p>28</p> <p>Arroz con guisantes y zanahoria</p> <p>Filete de lomo adobado al horno</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p>Verdura / Pescado/ Lácteo</p>	<p>29</p> <p>Ensalada de garbanzos con aceituna, maíz, atún y pimiento rojo</p> <p>Tortilla francesa al horno</p> <p>Zanahoria baby al vapor</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p>Verdura / Pescado / Pasta / Fruta</p>	<p>30</p> <p>Ensalada primaveral</p> <p>Macarrones integrales con boloñesa vegetal</p> <p>Fruta fresca de temporada</p> <p></p> <p></p> <p>Verdura / Legumbre /Huevo/ Fruta</p>	

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