

# Ausolan.

COLEGIO ABACO  
P.U.

Basal

Junio  
2026

TURNO INFANTIL

Comida



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>1</b> Guisantes salteados con jamón Puré de coliflor Tortilla de patata Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 588 h.c. 59,5 lip. 26,7 p. 22,6	<b>2</b> 🌧️ Arroz integral milanese Arroz integral con verdura Salmón en salsa de naranja Ensalada del tiempo Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 822 h.c. 88,9 lip. 33,8 p. 41,1	<b>3</b> ☀️ Crema de calabacín Alcachofas salteadas Albóndigas a la jardinera Patatas dado fritas Ensalada con aceitunas Fruta de temporada Pan integral Kcal. 639 h.c. 72,3 lip. 31,0 p. 15,1	<b>4</b> ☀️ Garbanzos con verduras Ensalada de garbanzos Lubina al horno Ensalada verde Yogur natural Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 613 h.c. 63,2 lip. 22,8 p. 35,4	<b>5</b> ☀️ Ensalada de pasta Pasta al ajillo Pollo a la toscana Champiñón al ajillo Ensalada con zanahoria Fruta de temporada Pan integral Kcal. 634 h.c. 75,9 lip. 21,7 p. 34,4
<b>8</b> 🌱 Arroz tres delicias Arroz blanco salteado Lomo de cerdo fresco a la plancha Ensalada de colores Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 748 h.c. 103,2 lip. 22,0 p. 34,9	<b>9</b> 🌞 🌧️ Brócoli salteado Salmorejo Merluza al horno con pisto Patatas panaderas Ensalada de lechuga y pepino Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 495 h.c. 43,6 lip. 23,8 p. 25,3	<b>10</b> ☀️ Alubias pintas con verduras Puré de alubias pintas Revuelto mixto Ensalada con tomate y remolacha Fruta de temporada Pan integral Kcal. 684 h.c. 69,8 lip. 28,6 p. 31,9	<b>11</b> 🌧️ Espirales integrales carbonara Espirales integrales a las hierbas aromáticas Lomos de caballa en salsa de tomate Ensalada del tiempo Yogur natural Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 780 h.c. 77,1 lip. 31,1 p. 45,2	<b>12</b> 🌱 ☀️ Crema de calabaza Gazpacho Lentejas con arroz Fruta de temporada Pan integral Kcal. 610 h.c. 102,5 lip. 12,0 p. 20,2
<b>15</b> 🌱 Menestra de verduras salteada Crema de verduras Huevos rotos con jamón y patatas Tomate aliñado Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 545 h.c. 47,1 lip. 30,0 p. 20,3	<b>16</b> 🌱 Ensalada campera Espinacas salteadas con patata Chuleta de pavo al ajillo Zanahoria salteada Ensalada con maíz Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 546 h.c. 56,1 lip. 21,6 p. 32,2	<b>17</b> ☀️ 🌧️ Macarrones integrales amatriciana Macarrones integrales al ajillo Dorada en salsa verde Ensalada de colores Fruta de temporada Pan integral Kcal. 714 h.c. 88,0 lip. 27,4 p. 27,3	<b>18</b> 🌱 🌞 Crema parmentier Alubias blancas al curry con cous cous Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 658 h.c. 107,7 lip. 12,2 p. 22,9	<b>19</b> 🌱 ☀️ Arroz con tomate Pollo crujiente Ensalada verde Helado de vainilla Pan integral Kcal. 716 h.c. 92,7 lip. 24,1 p. 32,4
<b>22</b> (Empty menu)	<b>23</b> (Empty menu)	<b>24</b> (Empty menu)	<b>25</b> (Empty menu)	<b>26</b> (Empty menu)
<b>29</b> (Empty menu)	<b>30</b> (Empty menu)	(Empty menu)	(Empty menu)	(Empty menu)

- 🟡 Festivo
- 🟢 100% Vegetal
- 🟣 Día especial

Todos los menús se sirven con pan

Pan integral miércoles y viernes. Valoración nutricional del menú doble opción en base a ración 7-12 años.

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