



- 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. Turno E. Infantil - Ración 1-3 años. Menús supervisados: Colegiado MAD01214. La fruta de Septiembre será: manzana, pera, plátano, melón, sandía y naranja.

Juntos en tu día a día
menuo.ausolan.com

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1 Crema de calabaza Salmorejo Salmón al eneldo Ensalada de quinoa Lubina al horno Fruta de temporada Kcal. 660 h.c. 62,4 lip. 30,3 p. 34,2	2 Macarrones integrales con chorizo Revuelto de queso Ensalada de colores Yogur natural Piña en su jugo Kcal. 814 h.c. 78,3 lip. 38,0 p. 36,8	3 Alubias blancas con verduras Bacalao en salsa de tomate Pimientos asados Ensalada con zanahoria Fruta de temporada Kcal. 603 h.c. 70,5 lip. 16,0 p. 39,1
6 Ensalada campera Lomo adobado a la plancha Ensalada del tiempo Fruta de temporada Kcal. 548 h.c. 54,8 lip. 22,3 p. 32,5	7 Judías verdes a la gallega Merluza a la andaluza Ensalada con maíz Fruta de temporada Kcal. 545 h.c. 53,3 lip. 26,4 p. 23,1	8 Ensalada de pasta Huevos rotos con picadillo Ensalada con remolacha Fruta de temporada Kcal. 738 h.c. 82,4 lip. 34,2 p. 26,0	9 Lentejas estofadas Dorada al ajillo Arroz salteado Ensalada de lechuga y tomate Helado de vainilla Yogur natural Kcal. 612 h.c. 80,6 lip. 18,5 p. 29,9	10 Brócoli salteado Ragout de pavo Patatas dado fritas Ensalada de lechuga y pepino Fruta de temporada Kcal. 542 h.c. 43,1 lip. 26,1 p. 32,5
13 Ensalada de arroz Croquetas de jamón Zanahoria baby salteada Ensalada con maíz Fruta de temporada Kcal. 769 h.c. 111,8 lip. 28,0 p. 17,1	14 Alubias pintas con chorizo Lubina al horno Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Kcal. 618 h.c. 69,5 lip. 19,4 p. 36,4	15 Crema de calabacín Gazpacho Pollo asado Chips de boniato Lechuga iceberg Fruta de temporada Kcal. 502 h.c. 58,6 lip. 21,1 p. 19,7	16 Guisantes encebollados Tortilla de patata Ensalada de pimientos asados Yogur natural Piña en su jugo Kcal. 648 h.c. 61,8 lip. 31,0 p. 27,7	17 Macarrones integrales cabonara Lomos de caballa en salsa de tomate Ensalada verde Merluza al ajillo Fruta de temporada Kcal. 804 h.c. 81,9 lip. 33,6 p. 41,4
20 Crema de zanahoria Salmorejo Ternera en salsa de verduras Cous Cous Ensalada con tomate y remolacha Fruta de temporada Kcal. 741 h.c. 77,1 lip. 36,3 p. 25,6	21 Lentejas con arroz Chuleta de pavo a la plancha Ensalada de lechuga y pepino Fruta de temporada Kcal. 660 h.c. 84,9 lip. 17,8 p. 38,3	22 Macarrones integrales a la napolitana con queso Bacalao a la bras Lechuga y maíz Fruta de temporada Kcal. 695 h.c. 87,4 lip. 25,4 p. 27,1	23 Brócoli salteado con jamón Pollo al ajillo Arroz salteado Tomate aliñado Fruta de temporada Kcal. 544 h.c. 56,8 lip. 19,9 p. 34,2	24 Patatas con bacon y queso Hamburguesa completa (con lechuga, tomate y pan) Helado de vainilla Fruta de temporada Kcal. 824 h.c. 77,7 lip. 43,3 p. 28,1
27 Festivo	28 Festivo	29 Festivo	30 Festivo	31 Festivo