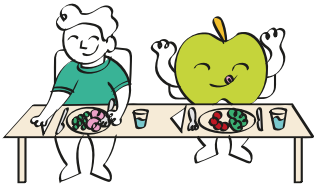


# Menú Escolar

Diciembre  
2025

Ausolan.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<div>1</div> <div>Puré de zanahoria y cebolla Albóndigas mixtas guisadas con salsa de tomate casera y salteado de arroz integral Fruta fresca de temporada</div> <div> por la noche: Verdura / Legumbre / Arroz / Lácteo</div>	<div>2</div> <div>Alubias pintas a la jardinera con puerro y calabací Bacaladilla a la romana Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca de temporada</div> <div>Verdura / Carne / Pescado / Fruta</div>	<div>3</div> <div>Sopa de ave con fideos Pollo al horno con verduras de temporada y patatas Fruta fresca de temporada</div> <div>Verdura / Pescado / Arroz / Fruta</div>	<div>4</div> <div>Macarrones con jamón cocido y queso al gratén Salmón al horno con salsa de naranja Ensalada de lechuga y maíz Yogur natural</div> <div>Verdura / Legumbre / Huevo / Fruta</div>	<div>5</div> <div>Estofado de lentejas con puerro y calabacín Huevos al horno con salsa de tomate y orégano Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada</div> <div>Verdura / Carne / Arroz / Fruta</div>
<div>8</div> <div>FESTIVO</div>	<div>9</div> <div>Caracolílos integrales a la napolitana Albóndigas de pescado guisadas en salsa de pimiento verde y perejil Fruta fresca de temporada </div> <div>Verdura / Carne / Pescado / Fruta</div>	<div>10</div> <div>Crema de puerro, coliflor, cebolla y judía verde Pescadilla a la romana casera Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Yogur natural</div> <div>Verdura / Carne / Pasta / Fruta</div>	<div>11</div> <div>Garbanzos estofados con puerro, zanahoria y patata Tortilla de patata al horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada</div> <div>Verdura / Legumbre / Huevo / Lácteo</div>	<div>12</div> <div>Sopa de estrellas Pavo guisado con guisantes, zanahoria y patata Fruta fresca de temporada</div> <div>Verdura / Carne / Huevo / Fruta</div>
<div>15</div> <div>Lentejas a la jardinera con puerro y calabacín Huevos al horno con salsa aurora Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca de temporada</div> <div> y por la noche: Verdura / Pescado / Lácteo</div>	<div>16</div> <div>Macarrones a la boloñesa Merluza a la gallega Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada</div> <div>Verdura / Carne / Pescado / Lácteo</div>	<div>17</div> <div>Puré de calabaza, puerro y zanahoria San jacob al horno y salteado de arroz integral Fruta fresca de temporada</div> <div>Verdura / Legumbre / Arroz / Fruta</div>	<div>18</div> <div>Wok de verduras de temporada Estofado de cerdo con pimientos, guisantes y patatinas Fruta fresca de temporada</div> <div>Verdura / Carne / Patata / Fruta</div>	<div>19</div> <div>Abubias de la huerta con puerro y calabacín Abadejo al horno en salsa de tomate casera Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Yogur natural</div> <div>Verdura / Carne / Pescado / Fruta</div>
<div>22</div> <div>Sopa maravilla Hamburguesa mixta a la plancha con patatas fritas Fruta fresca de temporada</div> <div> y por la noche: Verdura / Pescado / Fruta</div>	<div>23</div> <div>MENU ESPECIAL</div>			



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 un día a la semana. Frutas de temporada: manzana, pera, plátano, naranja. En el comedor se sirven las cantidades de acuerdo a la edad de los comensales. El menú incluye agua 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