

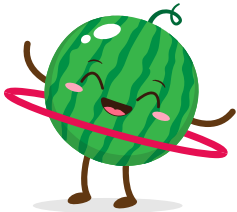
Menú Escolar

Septiembre 2025

Ausolan.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
-------	--------	-----------	--------	---------

¡BIENVENIDO
AL COMEDOR!



<div>8</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>9</div> <div>Lentejas con puerro, calabacín y zanahoria guisadas con pimentón Filete de merluza al horno con guisantes Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada</div> <div>Verdura / Huevo/ Pasta/ Fruta</div>	<div>10</div> <div>Crema de calabacín, puerro y cebolla Estofado de pavo con guisantes y pimientos Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada</div> <div>Verdura / Legumbre/ Huevo/ Lácteo</div>	<div>11</div> <div>Garbanzos estofados con puerro, cebolla y zanahoria Tortilla de patata al horno Ensalada de lechuga y tomate Yogur natural</div> <div>Verdura / Arroz/ Carne/ Fruta</div>	<div>12</div> <div>Macarrones integrales con salsa de tomate casera Porciones de salmón al horno con salsa de miel y mostaza Fruta fresca de temporada </div> <div>Verdura / Huevo/ Legumbre/ Lácteo</div>
<div>15</div> <div>FESTIVO</div>	<div>16</div> <div>Judías verdes rehogadas con salsa de tomate y cebolla Tortilla de patata al horno con calabacín orly Fruta fresca de temporada</div> <div>Verdura / Carne/ Huevo/ Lácteo</div>	<div>17</div> <div>Guiso de garbanzos con chorizo Abadejo a la plancha con cama de cebolla y zanahoria Fruta fresca de temporada</div> <div>Verdura / Legumbre/ Huevo/ Lácteo</div>	<div>18</div> <div>Paella vegetal Salchichas frescas al horno con jardín de verduras Fruta fresca de temporada</div> <div>Verdura / Pasta/ Pescado/ Fruta</div>	<div>19</div> <div>Patatas guisadas con ternera DOP CANTABRIA Delicias de pescado al horno Ensalada de lechuga y maíz Yogur natural</div> <div>Verdura / Pescado/ Legumbre/ Fruta</div>
<div>22</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>23</div> <div>Alubias pintas a la jardinera con puerro y calabacín Bacaladilla a la romana Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca de temporada</div> <div>Verdura / Carne / Pescado/ Fruta</div>	<div>24</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>25</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>26</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>29</div> <div>Caracoliños integrales a la napolitana Albóndigas de pescado guisadas en salsa de pimiento verde y perejil Fruta fresca de temporada </div> <div>...y por la noche: Verdura / Carne / Pescado/ Fruta</div>	<div>30</div> <div>Ensalada mixta con huevo Cocido montañés con su compango de tocino, chorizo y morcilla Fruta fresca de temporada</div> <div>Verdura / Huevo / Arroz / Lácteo</div>	<div></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