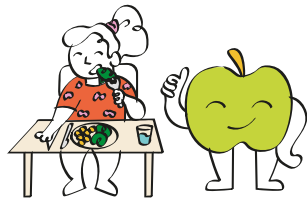
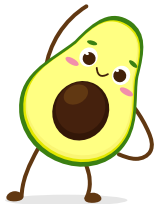


Menú Escolar IS

Febrero
2026

Ausolan.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Prt. 19 HC. 117 Lip. 15 Col. 24 IPL. 14 F. 8 Sal. 0,92 KCal. 612 Menestra de verduras Canelones gratinados Yogur de sabores 9 Prt. 25 HC. 120 Lip. 30 Col. 22 IPL. 15 F. 8 Sal. 0,63 KCal. 766 Macarrones con tomate y calabacín San marino con lechuga Fruta del tiempo	3 Prt. 34 HC. 119 Lip. 25 Col. 18 IPL. 17 F. 15 Sal. 1,06 KCal. 683 Garbanzos con zanahoria Abadejo a la romana con lechuga Fruta del tiempo 10 Prt. 25 HC. 87 Lip. 23 Col. 26 IPL. 10 F. 8 Sal. 0,85 KCal. 636 Judías verdes con sofrito de tomate Huevos cocidos con salchichas Yogur natural	4 Prt. 20 HC. 80 Lip. 21 Col. 22 IPL. 10 F. 9 Sal. 0,79 KCal. 591 Puré de la huerta Filete ruso con champiñones Fruta del tiempo 11 Prt. 28 HC. 110 Lip. 23 Col. 18 IPL. 12 F. 14 Sal. 0,67 KCal. 645 Alubias blancas a la hortelana Merluza en salsa americana Fruta del tiempo	5 Prt. 29 HC. 114 Lip. 23 Col. 20 IPL. 14 F. 3 Sal. 0,47 KCal. 689 Arroz blanco con tomate Merluza en salsa de zanahoria Yogur natural 12 Prt. 34 HC. 81 Lip. 19 Col. 20 IPL. 12 F. 10 Sal. 0,64 KCal. 653 Crema de calabaza, espinacas y zanahorias Contramuslo de pollo asado al limón Yogur de sabores	6 Prt. 23 HC. 117 Lip. 27 Col. 23 IPL. 12 F. 14 Sal. 0,54 KCal. 660 Lentejas guisadas con verduras Tortilla de patata con salsa de tomate Fruta del tiempo 13 Prt. 33 HC. 134 Lip. 22 Col. 21 IPL. 7 F. 15 Sal. 1,25 KCal. 826 Sopa de fideos Garbanzos con sacramentos Fruta del tiempo
16 FESTIVO	17 FESTIVO	18 Prt. 19 HC. 114 Lip. 24 Col. 23 IPL. 11 F. 6 Sal. 0,49 KCal. 624 Arroz con verduras Tortilla francesa con lechuga Fruta del tiempo	19 Prt. 33 HC. 134 Lip. 21 Col. 22 IPL. 14 F. 11 Sal. 1,12 KCal. 740 Garbanzos estofados Lomo adobado horneado con pimientos Yogur de sabores	20 Prt. 27 HC. 84 Lip. 25 Col. 18 IPL. 11 F. 13 Sal. 0,44 KCal. 586 Crema de calabacín Abadejo a la romana con lechuga Fruta del tiempo
23 Prt. 25 HC. 77 Lip. 17 Col. 20 IPL. 11 F. 11 Sal. 1,27 KCal. 667 Menestra de verduras Jamón de cerdo en salsa de manzana Fruta del tiempo	24 Prt. 24 HC. 124 Lip. 25 Col. 23 IPL. 12 F. 14 Sal. 0,59 KCal. 687 Macarrones con boloñesa vegetal Tortilla de patata con lechuga Fruta del tiempo	25 Prt. 35 HC. 114 Lip. 19 Col. 20 IPL. 12 F. 11 Sal. 0,55 KCal. 733 Alubias pintas estofadas Pollo asado al romero Yogur de sabores	26 Prt. 22 HC. 57 Lip. 23 Col. 22 IPL. 11 F. 7 Sal. 1,44 KCal. 610 Ensalada Caldereta con costilla y picadillo Fruta del tiempo	27 Prt. 27 HC. 106 Lip. 23 Col. 24 IPL. 15 F. 11 Sal. 0,49 KCal. 648 Lentejas con zanahoria Albóndigas de merluza en salsa marinera Vaso de leche



* En el comedor se sirven las cantidades acordes a la edad de los niños, lo cual modifica la calibración de cada franja de edad ajustándose así a sus necesidades (para rango de edad entre 3 y 8 años corresponden a un 80% de la calibración indicada). El menú incluye agua y pan.

Estos menús han sido revisados y aprobados por la dietista-nutricionista colegiada CYLOO59. Por causa de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú.

E: Valor energético · G: Grasas · HC: Hidratos de carbono · P: Proteínas



Proyecto
educativo



Sostenibilidad



Recomendaciones
nutricionales



Iconografía



Orientaciones
cenas



Menu in
English