

Ausolan.

VIRGEN DESAMPARADOS

No carne

Junio 2026

PRIMARIA

Comida



- Festivo
- 100% Vegetal
- Día especial
- Recomendaciones de cenas

Juntos en tu día a día
menuo.ausolan.com

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1 <u>Crema de puerros ECO</u> Revuelto de huevo con champiñones Mini quesadillas Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 646 h.c. 73,8 lip. 27,9 p. 24,8	2 Ensalada completa de caballa con pimiento <u>Arroz al horno con verduras</u> Tortilla francesa Helado de fresa Pan blanco Kcal. 900 h.c. 98,0 lip. 43,1 p. 29,6	3 Olleta alicantina <u>Abadejo a la provenzal</u> Fruta de temporada Pan integral Kcal. 587 h.c. 63,7 lip. 20,4 p. 34,5	4 <u>Patatas Strogonoff con soja texturizada</u> <u>Limanda en salsa verde</u> Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 519 h.c. 62,5 lip. 17,4 p. 27,7	5 Espirales integrales con pisto casero de hortalizas Abadejo en salsa de ajo y pimentón Guisantes ecológicos salteados Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 734 h.c. 101,1 lip. 21,3 p. 30,4
8 Hervido (patata, zanahoria y judías verdes) <u>Revuelto de huevo con tomate</u> con salsa deluxe casera Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 573 h.c. 57,2 lip. 29,2 p. 18,6	9 Garbanzos salteados con verdura <u>Albóndigas vegetales en salsa con jardinera de verduras</u> Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 836 h.c. 95,1 lip. 35,3 p. 30,0	10 Ensalada completa con huevo y crudités <u>Paella de verdura</u> Fruta de temporada Pan integral Kcal. 907 h.c. 106,0 lip. 44,4 p. 19,0	11 Espaguetis integrales con salsa Alfredo Fogonero a la andaluza casera con salteado de calabacín ecológico Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 711 h.c. 83,7 lip. 25,9 p. 33,7	12 Lentejas ecológicas estofadas con verduras Burrito de soja texturizada con arroz, frijoles y queso Yogur artesano Pan blanco Kcal. 886 h.c. 114,7 lip. 27,3 p. 40,5
15 Arroz integral a la cubana <u>Albóndigas vegetales en salsa con jardinera de verduras</u> Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 775 h.c. 103,6 lip. 28,0 p. 26,8	16 Puré de legumbres con hinojo Merluza empanada casera con mayonesa Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 669 h.c. 70,7 lip. 28,7 p. 27,6	17 <u>Estofado de patatas y soja texturizada</u> Tortilla con calabacín Yogur natural con fruta de temporada Pan integral Kcal. 699 h.c. 53,7 lip. 38,8 p. 30,4	18 Lentejas con bulgur <u>Revuelto de huevo con tomate</u> Fruta ecológica Pan blanco Kcal. 713 h.c. 79,0 lip. 29,9 p. 29,2	19 <u>Macarrones integrales con atún</u> Combo de aros de cebolla y fingers de pescado Cono de nata Pan blanco Kcal. 835 h.c. 103,9 lip. 32,8 p. 27,5
22 Festivo	23 Festivo	24 Festivo	25 Festivo	26 Festivo
29 Festivo	30 Festivo			

Escollar-mes5-fopc-C-comvn-cenas

(*) Los platos resaltados en subrayado son la alternativa al menú basal.