

Menú Escolar

Diciembre 2024

Ausolan.

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|--|---|---|---|---|
| 2 Prt. 25 HC. 123 Lip. 20 KCal. 749 Descripción Tiburones con pisto de hortalizas Librito de pavo con queso Ensalada con lechuga, zanahoria y pera Fruta de temporada ...y por la noche: Verdura horno con patata/Pescado/Yogur | 3 Prt. 27 HC. 88 Lip. 44 KCal. 844 Crema de guisantes con picatostes Jamoncitos de pollo al romero Con champiñones y ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas Fruta de temporada | 4 Prt. 16 HC. 144 Lip. 27 KCal. 851 Paella de coliflor Croquetas de jamón Con mayonesa y ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas Yogur | 5 Prt. 30 HC. 82 Lip. 40 KCal. 793 Patatas al gratén con salsa de bacon y queso Bacalao en salsa cremosa de calabaza ecológica con salteado campestre y ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas Fruta de temporada | 6 FESTIVO |
| 9 Prt. 23 HC. 128 Lip. 32 KCal. 877 Pasta integral con salsa de quesos Calamares rebozados al horno con hummus y crudités de zanahoria y pepino Fruta de temporada ...y por la noche: Verdura plancha con habas/Ave/Fruta | 10 Prt. 27 HC. 88 Lip. 44 KCal. 844 Lentejas con verduras ecológicas Huevo revuelto con bacon Zanahoria al vapor y ensalada de lechuga con aceitunas Fruta de temporada | 11 Prt. 20 HC. 92 Lip. 23 KCal. 644 Guisado de la huerta Jamoncito de pollo al chilindron (pimiento y cebolla) Ensalada con manzana Yogur | 12 Prt. 34 HC. 132 Lip. 23 KCal. 843 Arroz con tomate Fogonero gratinado Ensalada con lechuga, apio y col lombarda Fruta de temporada | |
| 16 Prt. 27 HC. 120 Lip. 31 KCal. 839 Olleta alicantina (alubias, lentejas, patata, arroz) Tortilla de patatas Pisto verdura y ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas Fruta de temporada ...y por la noche: Ensalada/Pescado azul y pan/Fruta | 17 Prt. 32 HC. 122 Lip. 26 KCal. 850 Crema de calabaza Pizza casera barbacoa vegetal (soja texturizada) Rodajas de tomate y pepino con orégano Fruta ecológica Ensalada/Ave y arroz/Fruta o yogur | 18 Prt. 39 HC. 134 Lip. 26 KCal. 901 Potaje de garbanzos Alitas de pollo al horno Gnocchis caprese (tomate y albahaca) Fruta de temporada Verdura hervida/Pescado blanco y patata/Fruta | 19 Prt. 29 HC. 130 Lip. 30 KCal. 878 Paella de verduras Salmon sobre salteado de cebolla y puerro Ensalada tropical (lechuga, maíz y piña) Fruta de temporada Verdura plancha/Ave y guisantes/Fruta | 20 Prt. 40 HC. 58 Lip. 55 KCal. 885 Sopabrosa (sopa de fideos con jamón serrano, pollo y huevo) Gustiburguer (hamburguesa completa) Ensalada con lechuga pepino y pimiento Tarta delicious (tarta selva negra) Verdura horno y boniato/Pescado blanco/Fruta |



VACACIONES!



Todos los días se sirve, acompañando al menú, pan blanco o integral y agua. Por causa de fuerza mayor, Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú. Menú revisado por **Asun Roca col. CV00362**.