

Menú Escolar

Abril 2026

Ausolan.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1 Prt. 22 HC. 103 Lip. 25 Kcal. 697 Sopa de pescado con frutos de mar Hamburguesa de pollo y cerdo con cebolla caramelizada Guarnición: ensalada con tomate Fruta ecológica  <hr/> Verdura /Arroz/Huevo/ Fruta	2 FESTIVO	3 FESTIVO
6 FESTIVO	7 FESTIVO	8 FESTIVO	9 FESTIVO	10 FESTIVO
13 FESTIVO	14 Prt. 24 HC. 78 Lip. 30 Kcal. 666 Sopa maravilla Albóndigas de ternera y cerdo en salsa de almendras con patatas Guarnición: ensalada con col Fruta <hr/> Verdura/Pescado blanco/Patata/Fruta o yogur	15 Prt. 18 HC. 125 Lip. 20 Kcal. 722 Paella de verduras Bocaditos de bacalao con mayonesa  Guarnición: ensalada con tomate Fruta <hr/> Ensalada/Ave/Pasta/Fruta o yogur	16 Prt. 18 HC. 79 Lip. 32 Kcal. 677 Crema de calabacín eco  Tortilla de patata Guarnición: ensalada con soja Yogur natural azucarado  <hr/> Verdura/Pescado azul/Arroz/Fruta	17 Prt. 35 HC. 76 Lip. 35 Kcal. 737 Potaje de garbanzos con hortalizas ecológicas Bacaladilla a la romana Ensalada con zanahoria Fruta  <hr/> Ensalada/Carne/Tortita integral/Fruta o yogur
20 Prt. 24 HC. 68 Lip. 34 Kcal. 657 Hervido valenciano Hamburguesa de pollo y cerdo con salsa de tomate Guarnición: ensalada con maíz Fruta <hr/> por la noche: Ensalada/Pescado azul/Patata/Fruta o yogur	21 Prt. 30 HC. 105 Lip. 29 Kcal. 773 Arroz al horno Ensalada valenciana Fruta <hr/> Verdura/Ave/Pan/Fruta o yogur	22 Prt. 26 HC. 67 Lip. 23 Kcal. 562 Lentejas caseras con boniato Contramuslo de pollo horno a la piña caramelizada  Guarnición: ensalada con tomate Fruta <hr/> Ensalada/Huevo/Patata/Fruta o yogur	23 JORNADA GASTRONÓMICA: LITERATURA Cuento enredado Leyenda pirata  Fábula del guisante  Poema al viento <hr/> Verdura/Carne/Cuscús/Fruta	24 Prt. 29 HC. 96 Lip. 26 Kcal. 722 Fabada con verduras eco Tortilla de patatas y calabacín Guarnición: ensalada con zanahoria  Fruta  <hr/> Ensalada/Pescado blanco/Pasta/Fruta o yogur
27 Prt. 25 HC. 88 Lip. 20 Kcal. 605 Fideuá de marisco Ensalada mediterránea Fruta <hr/> por la noche: Verdura/Carne/Pan/Fruta o yogur	28 Prt. 29 HC. 60 Lip. 24 Kcal. 565 Crema castellana Longanizas con verduras Guarnición: ensalada con col Fruta <hr/> Ensalada/Huevo/Pasta/Fruta o yogur	29 Prt. 20 HC. 133 Lip. 23 Kcal. 785 Arroz con tomate  Huevos con bechamel Guarnición: ensalada con tomate Fruta <hr/> Verdura/Ave/Tortita integral/Fruta o yogur	30 Prt. 26 HC. 61 Lip. 43 Kcal. 721 Sopa de estrellitas Muslo de pollo en salsa de cítricos con arroz Ensalada con soja Fruta <hr/> Ensalada/Pescado azul/Patata/Fruta o yogur	







*Todos los días se sirve, acompañando al menú, pan blanco o integral y agua.
 Por causa de fuerza mayor, Ausolan se reserva el derecho a hacer cambios en el menú.
 Menú revisado por Elisa Tejedor Gascón Dietista-Nutricionista Núm.Col. CVO1145

Menú Escolar

Mayo 2026

Ausolan.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
  				1
FESTIVO				
4 Prt. 24 HC. 65 Lip. 68 Kcal. 950 Crema de verduras Lomo en salsa con hierbas aromáticas Ensalada con maíz  Fruta	5 Prt. 39 HC. 70 Lip. 18 Kcal. 584 Lentejas a la jardinera Bacaladilla al horno en salsa de pimientos Ensalada con col Fruta	6 Prt. 23 HC. 106 Lip. 31 Kcal. 773 Arroz requenense  Queso fresco con aliño de pimentón Ensalada con tomate  Fruta ecológica 	7 Prt. 34 HC. 81 Lip. 27 Kcal. 686 Alubias caseras Contramuslo de pollo al horno en salsa de champiñón Ensalada con soja Fruta	8 Prt. 23 HC. 103 Lip. 31 Kcal. 762 Espirales integrales a la napolitana  Croquetas de bacalao  Ensalada con zanahoria  Fruta
 por la noche: Verdura/Pescado blanco/Patata/Fruta o yogur				
11 Prt. 21 HC. 87 Lip. 23 Kcal. 633 Crema bretona Tortilla de patatas con guarnición de pavo Ensalada con maíz Fruta	12 Prt. 27 HC. 64 Lip. 25 Kcal. 581 Sopa de pescado con frutos de mar Albóndigas de ternera y cerdo con pisto Ensalada con col Fruta	13 Prt. 25 HC. 144 Lip. 52 Kcal. 1114 Arroz a la cubana Nuggets de brócoli Guarnición: ensalada con tomate Fruta 	14 Prt. 39 HC. 77 Lip. 28 Kcal. 701 Potaje de garbanzos con verduras ecológicas Abadejo al horno en salsa verde Ensalada con soja  Fruta	15 DÍA SIN GLUTEN Tierra cálida  Alitas Free  Al fres-co Cielo helado
 por la noche: Ensalada/Ave/Pan/Fruta o yogur				
18 Prt. 30 HC. 64 Lip. 44 Kcal. 757 Lentejas caseras Filete de merluza a la romana con tomate Guarnición: ensalada con maíz Fruta 	19 Prt. 25 HC. 103 Lip. 45 Kcal. 890 Caracolillos con atún Tortilla francesa con guarnición de queso Ensalada con col Fruta	20 Prt. 30 HC. 71 Lip. 46 Kcal. 799 Guisado de verduras Fajitas con legumbreta y arroz Guarnición: ensalada con tomate Fruta  	21 Prt. 20 HC. 120 Lip. 33 Kcal. 830 Arroz con ajitos y champiñones Huevos con bechamel Guarnición: ensalada con soja Fruta	22 Prt. 46 HC. 79 Lip. 27 Kcal. 728 Garbanzos caseros  Estofado de pavo Ensalada con zanahoria Fruta
 por la noche: Verdura/Ave/Arroz/Fruta o yogur				
25 Prt. 15 HC. 66 Lip. 33 Kcal. 619 Crema Alicia  Tortilla de patatas y calabacín Guarnición: ensalada con maíz Fruta	26 Prt. 10 HC. 49 Lip. 17 Kcal. 376 Hervido de coliflor Barbacoa con embutidos variados Ensalada con col  Fruta	27 Prt. 22 HC. 97 Lip. 41 Kcal. 772 Pajaritas con verduras Boquerones en tempura con mayonesa  Ensalada con tomate Fruta	28 Prt. 39 HC. 80 Lip. 35 Kcal. 773 Fabada vegetal Pollo en salsa de miel y mostaza Guarnición: ensalada con soja Fruta	29 Prt. 23 HC. 100 Lip. 13 Kcal. 588 Arroz al horno  Ensalada César  Nachos con guacamole  POSTRE ESPECIAL  Verdura/Huevo/Pan/Fruta
 por la noche: Verdura/Pescado azul/Pan/Fruta o yogur				



*Todos los días se sirve, acompañando al menú, pan blanco o integral y agua.
 Por causa de fuerza mayor, Ausolan se reserva el derecho a hacer cambios en el menú.
 Menú revisado por Elisa Tejedor Gascón Dietista-Nutricionista Núm.Col. CVO1145

Menú Escolar

Junio 2026

Ausolan.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1 Prt. 19 HC. 62 Lip. 22 Kcal. 502 Lentejas caseras Filete de bacaladilla a la romana Guarnición: ensalada con maíz Fruta  	2 Prt. 21 HC. 64 Lip. 21 Kcal. 511 Guisado de verduras con calabacín ecológico Alitas de pollo a la barbacoa Ensalada con col Fruta	3 Prt. 32 HC. 100 Lip. 30 Kcal. 774 Fideos a la cazuela  Ensalada mediterránea Fruta ecológica 	4 Prt. 24 HC. 62 Lip. 54 Kcal. 822 Crema de hortalizas Albóndigas de ternera y cerdo con pisto Ensalada con soja Yogur natural azucarado	5 Prt. 24 HC. 65 Lip. 53 Kcal. 821 Garbanzos a la jardinera Tortilla francesa con queso Ensalada con zanahoria Fruta 
 por la noche: Verdura/Huevo/Patata/Fruta o yogur	Ensalada/Pescado blanco/Arroz/Fruta o yogur	Verduras/Ave/Cuscús/Fruta o yogur	Ensalada/Pescado azul/Tortita integral/Fruta	Verdura/Carne/Pasta/Fruta o yogur
8 Prt. 9 HC. 53 Lip. 16 Kcal. 381 Hervido valenciano Lomo asado en salsa de ciruelas Guarnición: ensalada con maíz Fruta	9 Prt. 20 HC. 70 Lip. 9 Kcal. 422 Guisado de verduras con calabacín ecológico Alitas de pollo a la barbacoa Ensalada con col Fruta 	10 Prt. 14 HC. 38 Lip. 33 Kcal. 500 Fideos a la cazuela Ensalada mediterránea Fruta ecológica 	11 Prt. 25 HC. 78 Lip. 18 Kcal. 554 Crema de hortalizas Albóndigas de ternera y cerdo con pisto Guarnición: ensalada con soja Yogur natural azucarado 	12 Prt. 24 HC. 137 Lip. 29 Kcal. 877 Arroz a la cubana  Albóndigas de bacalao Ensalada con zanahoria Fruta
 por la noche: Verdura/Huevo/Patata/Fruta o yogur	Ensalada/Pescado blanco/Arroz/Fruta o yogur	Verduras/Ave/Cuscús/Fruta o yogur	Ensalada/Pescado azul/Tortita integral/Fruta	Verdura/Carne/Pasta/Fruta o yogur
15 Prt. 11 HC. 42 Lip. 27 Kcal. 447 Crema de legumbres con picatostes  Hamburguesa de coliflor y queso Ensalada con maíz Fruta	16 Prt. 19 HC. 35 Lip. 12 Kcal. 315 Macarrones integrales con bacon y champiñón Merluza en salsa de pimientos Ensalada con col  Fruta	17 Prt. 28 HC. 96 Lip. 27 Kcal. 718 Potaje de garbanzos Huevos con bechamel Guarnición: ensalada con tomate Fruta 	18 Prt. 21 HC. 30 Lip. 29 Kcal. 461 Sopa de pescado de lonja Muslo de pollo a la pepitoria Guarnición: ensalada con soja Yogur natural azucarado	19 FIN DE CURSO Arroz al horno  Ensalada mediterránea POSTRE ESPECIAL 
 por la noche: Verdura/Huevo/Tortita integral/Fruta o yogur	Ensalada/Ave/Arroz/Fruta o yogur	Verdura/Pescado azul/Pan/Fruta o yogur	Ensalada/Carne/Patata/Fruta	Verdura/Pescado azul/Cuscús/Fruta o yogur



¡Verano!



*Todos los días se sirve, acompañando al menú, pan blanco o integral y agua.
 Por causa de fuerza mayor, Ausolan se reserva el derecho a hacer cambios en el menú.
 Menú revisado por Elisa Tejedor Gascón Dietista-Nutricionista Núm.Col. CVO1145