

Ausolan.

C.P.E.E. PLA DE LA MESQUITA

Baix contingut de greixos,
hipocalòrica

Maig
2026

DINAR

Dinar



- Festiu
- 100% Vegetal
- Dia especial
- Recomanacions de sopars

Amb tu cada dia
menuo.ausolan.com

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
				1 Festiu
4 Lentilles amb carabasseta i carlota Truita francesa Fruita de temporada Kcal. 721 h.c. 55,7 lip. 40,2 p. 29,5	5 <u>Ensalada completa amb tonyina i cruixent de ceba</u> Paella de marisc <u>logurt denatat de sabors</u> Kcal. 624 h.c. 78,0 lip. 25,5 p. 19,1	6 Potatge de cigrons <u>Llom rostit</u> amb saltat campestre Fruita de temporada Kcal. 673 h.c. 65,2 lip. 28,9 p. 32,8	7 <u>Espirals integrals amb xampinyons</u> <u>Abadejo a la provençal</u> Crudités Fruita de temporada Kcal. 659 h.c. 71,0 lip. 27,7 p. 26,6	8 <u>Puré de carlota ecològic</u> Estofat de titot a la jardineria Fruita de temporada Kcal. 680 h.c. 49,7 lip. 35,3 p. 35,8
11 Sopa d'arròs amb caldo casolà <u>Pit de pollastre rostit</u> Fruita de temporada Kcal. 386 h.c. 52,4 lip. 9,4 p. 22,4	12 Crema castellana (puré de cigrons amb creïlla espinac, carlota, tomaca i ceba) <u>Llom amb allada</u> Fruita de temporada Kcal. 543 h.c. 52,6 lip. 21,5 p. 30,1	13 <u>Macarrons integrals amb carabasseta</u> Lluç en salsa verda Fruita de temporada Kcal. 612 h.c. 71,8 lip. 24,5 p. 22,1	14 Olleta alacantina Regirat d'ou amb tomaca amanida Fruita ecològica Kcal. 562 h.c. 50,7 lip. 29,1 p. 19,5	15 <u>Creïlla al forn</u> Ales de pollastre <u>logurt denatat de sabors</u> Kcal. 485 h.c. 40,8 lip. 25,0 p. 22,2
18 Lentilles amb verdures eco Truita amb tonyina Fruita de temporada Kcal. 647 h.c. 51,5 lip. 32,0 p. 34,8	19 Paella Fruita de temporada Kcal. 472 h.c. 77,9 lip. 14,5 p. 7,8	20 Cigrons amb espinacs <u>Escòrpora al forn</u> amb saltat de bladers, gambes i alls tendres <u>logurt natural desnatat amb mango triturat</u> Kcal. 632 h.c. 57,0 lip. 23,7 p. 38,9	21 Bullit (creïlla, carlota i fesols tendres) Pernil rostit amb pimentó Fruita de temporada Kcal. 464 h.c. 36,7 lip. 22,5 p. 26,1	22 Ensalada pollastre amb salsa iogurt <u>Llacets amb oli i orenga</u> Fruita de temporada Kcal. 719 h.c. 104,9 lip. 21,1 p. 24,6
25 Puré de carabasseta i carlota amb herbasana <u>Llom rostit</u> Fruita de temporada Kcal. 439 h.c. 36,0 lip. 22,7 p. 20,8	26 Fesols saltats amb verdures <u>Pizza casolana de tonyina (dietes)</u> Fruita de temporada Kcal. 548 h.c. 71,8 lip. 15,8 p. 25,4	27 Guisat mariner Contracuixa al chilindrón amb albergínia ofegada Fruita de temporada Kcal. 792 h.c. 35,6 lip. 44,4 p. 61,0	28 Lentilles ecològiques estofades amb verdures Papillota de salmó amb verdures eco Fruita de temporada Kcal. 667 h.c. 66,7 lip. 27,5 p. 33,1	29 <u>Arròs integral amb xampinyons</u> <u>Truita francesa</u> <u>logurt natural desnatat</u> Kcal. 696 h.c. 59,2 lip. 38,3 p. 26,4

(*) Els plats que estan subratllats són l'alternativa al menú basal.