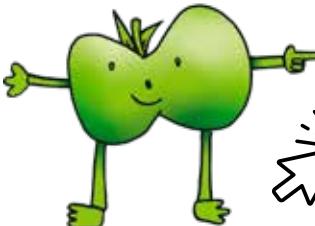
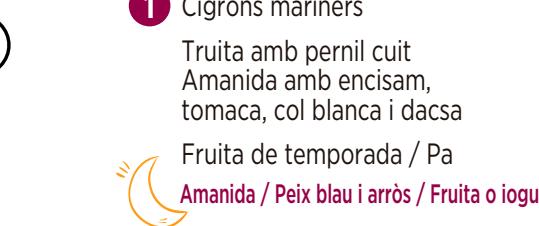


DESEMBRE

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
				
4 Taurons amb samfaina Llibret de titot amb formatge Amanida amb encisam, tomaca i olives  Fruita de temporada / Pa <i>Verdura / Peix blanc i moniato / Fruita o iogurt</i>	5 Llentilles estofades Remenat de carabasseta i naxos Amanida amb encisam, tomaca, carlota i pinya  Gelatina / Pa <i>Amanida / Carn roja i arròs / Fruita</i>	6  festiu 	7 Paella de coliflor ECO Croquetes de pernil Amanida amb encisam, tomaca i brots de soja  Fruita de temporada / Pa <i>Verdura / Ou i faves / Fruita</i>	8  festiu
11 Macarrons integrals amb salsa de formatges Truita amb carabasseta Amanida amb encisam, tomaca, col blanca i dacsa  Fruita de temporada / Pa <i>Amanida / Peix blau i arròs / Fruita o iogurt</i>	12 Llentilles de l'horta Pollastre al chilindró Creilles al forn i amanida  Fruita de temporada / Pa <i>Amanida / Ou i pa / Fruita o iogurt</i>	13 Arròs a la cubana Abadejo amb salsa cremosa de carabassa i amanida amb fruta de temporada  iogurt / Pa integral <i>Verdura / Au i hummus / Fruita</i>	14 Crema bretona Calamars arrebossats amb maionesa i amanida  Fruita de temporada / Pa <i>Amanida / Ou i moniato / Fruita o iogurt</i>	15 Sopa juliana amb pasta Rellom a la taronja Amanida de carlota ECO  Fruita ECO / Pa <i>Verdura / Peix blanc i pésols / Fruita</i>
18 Guisat de l'horta amb carabasseta ECO Escalopa de magre Amanida amb encisam, dacsa i carlota  Fruita de temporada / Pa <i>Verdura / Ou i faves / Fruita</i>	19 Crema de pésols amb picatostes Pizza casolana barbacoa vegetal i amanida amb encisam, tomaca, col llombarda i pera  iogurt / Pa <i>Verdura / Peix blanc i moniato / Fruita</i>	20 Guisat de fesols amb moniato Aletes de pollastre al forn Xampinyó amb salsa verda i amanida  Fruita de temporada / Pa int. <i>Amanida / Ou i pa / Fruita o iogurt</i>	21 Paella de verdures Tonyina en salsa de tomaca Amanida amb dacsa, olives i carlota  Fruita de temporada / Pa <i>Verdura / Au i hummus / Fruita</i>	22  menú especial

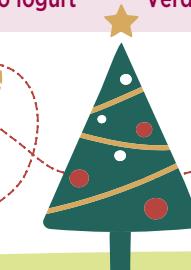


Aquests menús han sigut revisats i aprovats per l'equip de dietistes nutricionistes col·legiades d'Ausolan. Per causa de forta major Ausolan es reserva el dret de fer canvis en el menú.



Propostes de sopar
 Els menors de sis anys no mengen fruits secs i el primer plat d'amanida es canvia per puré de verdures quan cal

Bon Nadal



Diciembre 2023

CBASAL: BASAL

INFANTIL / COMIDA / COMIDA



Asun Roca.
Col. N° CV00362

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4 KCal. 801 H.C. 128 Lip. 23 P. 27

TIBURONES CON PISTO DE HORTALIZAS
LIBRITO DE PAVO CON QUESO
• ENSALADA CON LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

5 KCal. 789 H.C. 108 Lip. 27 P. 34

LENTEJAS ESTOFADAS
REVUELTO CON CALABACÍN Y NACHOS
• ENSALADA CON LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y
PIÑA
GELATINA
PAN

11 KCal. 826 H.C. 127 Lip. 26 P. 29

PASTA INTEGRAL CON SALSA DE QUESOS
TORTILLA CON CALABACÍN
• ENSALADA CON LECHUGA, TOMATE, COL BLANCA Y
MAÍZ
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

12 KCal. 805 H.C. 111 Lip. 25 P. 39

LENTEJAS DE LA HUERTA
POLLO AL CHILINDRÓN
• ENSALADA DE ZANAHORIA ECO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

18 KCal. 806 H.C. 116 Lip. 28 P. 27

GUISADO DE LA HUERTA CON CALABACÍN
ECOLÓGICO
ESCALOPE DE MAGRO
• ENSALADA CON LECHUGA, MAÍZ Y ZANAHORIA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

19 KCal. 917 H.C. 127 Lip. 29 P. 37

CREMA DE GUISANTES CON PICATOSTES
PIZZA CASERA BARBACOA VEGETAL
• ENSALADA CON LECHUGA, TOMATE, COL
LOMBarda Y PERA
YOGUR
PAN

20 KCal. 972 H.C. 112 Lip. 45 P. 36

GUISO DE ALUBIAS CON BONIATO
ALITAS DE POLLO AL HORNO
• CON CHAMPIÑONES Y ENSALADA DE LECHUGA,
ZANAHORIA Y ACEITUNAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN INTEGRAL

21 KCal. 904 H.C. 137 Lip. 27 P. 35

PAELLA DE VERDURAS
ATÚN EN SALSA DE TOMATE
• ENSALADA CON MAÍZ, ZANAHORIA Y ACEITUNAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

22 KCal. 0 H.C. 0 Lip. 0 P. 0

MENÚ ESPECIAL

1 KCal. 942 H.C. 124 Lip. 33 P. 43

GARBANZOS MARINEROS
TORTILLA CON JAMÓN COCIDO
• ENSALADA CON LECHUGA, TOMATE, COL BLANCA
Y MAÍZ
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

Diciembre 2023

CMCAR00001: NO CARNE

INFANTIL / COMIDA / COMIDA



Asun Roca.
Col. N° CV00362

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4 KCal. 781 H.C. 126 Lip. 23 P. 24

TIBURONES CON PISTO DE HORTALIZAS
QUESO
• ENSALADA CON LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

5 KCal. 789 H.C. 108 Lip. 27 P. 34

LENTEJAS ESTOFADAS
REVUELTO CON CALABACÍN Y NACHOS
• ENSALADA CON LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y
PIÑA
GELATINA
PAN

11 KCal. 826 H.C. 127 Lip. 26 P. 29

PASTA INTEGRAL CON SALSA DE QUESOS
TORTILLA CON CALABACÍN
• ENSALADA CON LECHUGA, TOMATE, COL BLANCA Y
MAÍZ
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

12 KCal. 769 H.C. 115 Lip. 23 P. 30

LENTEJAS DE LA HUERTA
HAMBURGUESA VEGETAL
• ENSALADA DE ZANAHORIA ECO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

18 KCal. 653 H.C. 103 Lip. 18 P. 24

GUISADO DE LA HUERTA CON CALABACÍN
ECOLÓGICO
FILETE DE MERLUZA ASADA
• ENSALADA CON LECHUGA, MAÍZ Y ZANAHORIA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

19 KCal. 917 H.C. 127 Lip. 29 P. 37

CREMA DE GUISANTES CON PICATOSTES
PIZZA CASERA BARBACOA VEGETAL
• ENSALADA CON LECHUGA, TOMATE, COL
LOMBarda Y PERA
YOGUR
PAN

20 KCal. 930 H.C. 112 Lip. 42 P. 31

GUISO DE ALUBIAS CON BONIATO
HUEVOS COCIDOS
• CON CHAMPIÑONES Y ENSALADA DE LECHUGA,
ZANAHORIA Y ACEITUNAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN INTEGRAL

21 KCal. 904 H.C. 137 Lip. 27 P. 35

PAELLA DE VERDURAS
ATÚN EN SALSA DE TOMATE
• ENSALADA CON MAÍZ, ZANAHORIA Y ACEITUNAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

1 KCal. 1001 H.C. 121 Lip. 38 P. 49

GARBANZOS MARINEROS
TORTILLA CON ATÚN
• ENSALADA CON LECHUGA, TOMATE, COL BLANCA
Y MAÍZ
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

15 KCal. 704 H.C. 70 Lip. 39 P. 22

SOPA JULIANA CON PASTA
TORTILLA FRANCESA
• PATATA HORNO Y ENSALADA CON LECHUGA,
TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS
FRUTA ECOLÓGICA
PAN

22 KCal. 0 H.C. 0 Lip. 0 P. 0

MENÚ ESPECIAL

Diciembre 2023

CMCER00001: NO CERDO

INFANTIL / COMIDA / COMIDA



Asun Roca.
Col. N° CV00362

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4 KCal. 801 H.C. 128 Lip. 23 P. 27

TIBURONES CON PISTO DE HORTALIZAS
LIBRITO DE PAVO CON QUESO
• ENSALADA CON LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

11 KCal. 826 H.C. 127 Lip. 26 P. 29

PASTA INTEGRAL CON SALSA DE QUESOS
TORTILLA CON CALABACÍN
• ENSALADA CON LECHUGA, TOMATE, COL BLANCA Y MAÍZ
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

18 KCal. 849 H.C. 113 Lip. 30 P. 39

GUISADO DE LA HUERTA CON CALABACÍN ECOLÓGICO
POLLO EMPANADO CASERO
• ENSALADA CON LECHUGA, MAÍZ Y ZANAHORIA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

5 KCal. 789 H.C. 108 Lip. 27 P. 34

LENTEJAS ESTOFADAS
REVUELTO CON CALABACÍN Y NACHOS
• ENSALADA CON LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y PIÑA
GELATINA
PAN

12 KCal. 811 H.C. 108 Lip. 29 P. 37

LENTEJAS DE LA HUERTA
POLLO AL HORNO
• ENSALADA DE ZANAHORIA ECO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

19 KCal. 917 H.C. 127 Lip. 29 P. 37

CREMA DE GUISANTES CON PICATOSTES
PIZZA CASERA BARBACOA VEGETAL
• ENSALADA CON LECHUGA, TOMATE, COL LOMBarda Y PERA
YOGUR
PAN

13 KCal. 858 H.C. 111 Lip. 32 P. 37

ARROZ A LA CUBANA
ABADEJO EN SALSA CREMOSA DE CALABAZA
• ENSALADA CON FRUTA DE TEMPORADA
YOGUR
PAN INTEGRAL

20 KCal. 972 H.C. 112 Lip. 45 P. 36

GUISO DE ALUBIAS CON BONIATO
ALITAS DE POLLO AL HORNO
• CON CHAMPIÑONES Y ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y ACEITUNAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN INTEGRAL

14 KCal. 932 H.C. 109 Lip. 46 P. 22

CREMA BRETONA
CALAMARES REBOZADOS
• CON MAHONESA Y ENSALADA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

21 KCal. 904 H.C. 137 Lip. 27 P. 35

PAELLA DE VERDURAS
ATÚN EN SALSA DE TOMATE
• ENSALADA CON MAÍZ, ZANAHORIA Y ACEITUNAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

1 KCal. 1001 H.C. 121 Lip. 38 P. 49

GARBANZOS MARINEROS
TORTILLA CON ATÚN
• ENSALADA CON LECHUGA, TOMATE, COL BLANCA Y MAÍZ
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

15 KCal. 670 H.C. 90 Lip. 24 P. 27

SOPA JULIANA CON PASTA
POLLO EMPANADO CASERO A LA NARANJA
• PATATA HORNO Y ENSALADA CON LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS
FRUTA ECOLÓGICA
PAN

22 KCal. 0 H.C. 0 Lip. 0 P. 0

MENÚ ESPECIAL