

Ausolan.

CERVANTES
MONOVAR

Basal






Enero
2026

PRIMARIA
Comida



 Festivo
 100% Vegetal
 Día especial

Juntos en tu día a día
menuo.ausolan.com

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			1 Festivo	2 Festivo
5 Festivo	6 Festivo	7     Guacamole casero con nachos Ensalada completa con atún, huevo y crudités Fideuá de marisco Fruta de temporada Pan integral Kcal. 713 h.c. 93,0 lip. 27,7 p. 21,5	8   Ensalada de lechuga, col, manzana y zanahoria Alubias con calabaza eco Contramuslo empanado casero con titaina Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 688 h.c. 75,0 lip. 25,8 p. 34,3	9    Ensalada con lechuga, lombarda y pipas en salsa de yogur Patatas tex mex en salsa de queso Solomillo en salsa de manzana y curry con arroz integral Pan de calatrava Pan blanco Kcal. 1185 h.c. 113,0 lip. 50,0 p. 68,6
12 Ensalada con iceberg, apio y pepinillos Sopa harira vegetal Tortilla de pavo Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 669 h.c. 67,1 lip. 29,8 p. 31,4	13 Aros de cebolla al horno Ensalada con caballa Paella Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 783 h.c. 110,0 lip. 28,7 p. 22,0	14    Ensalada de lechuga, espinaca, manzana, apio y lombarda Puré de calabaza y zanahoria Pavo en salsa de ciruela Fruta de temporada Pan integral Kcal. 708 h.c. 57,8 lip. 31,6 p. 46,9	15   Romance-La dama y el vagabundo Acción-Puños de Hulk Aventura-en la selva Fantasía-golosa Pan blanco Kcal. 1182 h.c. 116,7 lip. 63,2 p. 31,0	16  Humus con palitos de zanahoria Guisado de patata marinero Burrito de carne Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 823 h.c. 83,7 lip. 39,7 p. 32,4
19  Ensalada con lechuga, piña y remolacha Lentejas estofadas Albóndigas de vacuno y cerdo en salsa con jardinera de verduras Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 676 h.c. 79,0 lip. 27,6 p. 23,2	20 Caracolillos a la carbonara Filete de atún encebollado en salsa de tomate Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 931 h.c. 108,6 lip. 36,9 p. 39,0	21    Ensalada con lechuga, aguacate, maíz y zanahoria Crema de acelgas con picatostes San Jacobo con patatas Fruta de temporada Pan integral Kcal. 951 h.c. 114,1 lip. 45,0 p. 18,5	22    Ensalada de iceberg, apio y lombarda Cazuela de garbanzos con verduras eco Alitas de pollo con rehogado de puerro y zanahoria Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 590 h.c. 70,1 lip. 20,5 p. 28,3	23  Ensalada de lechuga, brotes y zanahoria Sopa de pescado de lonja con arroz Tortilla de queso Yogur artesano Pan blanco Kcal. 802 h.c. 74,2 lip. 37,2 p. 43,3
26  Ensalada con iceberg, mango, col blanca y aceitunas Patatas a lo pobre Hamburguesa de coliflor y queso con hummus de remolacha Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 1024 h.c. 96,3 lip. 55,6 p. 31,8	27  Ensalada de espinacas, manzana y remolacha Crema bretona Rabas rebozadas caseras con dados de boniato Fruta ecológica Pan blanco Kcal. 785 h.c. 86,4 lip. 31,0 p. 35,7	28  Ensalada con iceberg, zanahoria y pepinillos Paella de verdura Tortilla de jamón Fruta de temporada Pan integral Kcal. 887 h.c. 102,3 lip. 38,9 p. 31,3	29 Ensalada mezclum, tomate y aceitunas Sopa de cocido Carne, verdura y garbanzos del cocido Yogur de sabor Pan blanco Kcal. 760 h.c. 95,1 lip. 26,5 p. 32,4	30 Ensalada de lechuga, manzana, lombarda y zanahoria Macarrones integrales gratinados Lomo asado con salteado campestre Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 913 h.c. 98,6 lip. 36,2 p. 45,3