

# Ausolan.

## EL TOSSAL

No carne

## Junio 2026

PRIMARIA

Comida



- Festivo
- 100% Vegetal
- Día especial
- Recomendaciones de cenas

Juntos en tu día a día  
[menuo.ausolan.com](http://menuo.ausolan.com)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>1</b> <u>Crema de puerros ECO</u> Revuelto de huevo con champiñones Mini quesadillas Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 646 h.c. 73,8 lip. 27,9 p. 24,8	<b>2</b> Ensalada completa de caballa con pimiento <u>Arroz al horno con verduras</u> Tortilla francesa Helado de fresa Pan blanco Kcal. 900 h.c. 98,0 lip. 43,1 p. 29,6	<b>3</b> Olleta alicantina <u>Abadejo a la provenzal</u> Fruta de temporada Pan integral Kcal. 587 h.c. 63,7 lip. 20,4 p. 34,5	<b>4</b> <u>Patatas Strogonoff con soja texturizada</u> <u>Limanda en salsa verde</u> Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 519 h.c. 62,5 lip. 17,4 p. 27,7	<b>5</b> Espirales integrales con pisto casero de hortalizas Abadejo en salsa de ajo y pimentón Guisantes ecológicos salteados Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 734 h.c. 101,1 lip. 21,3 p. 30,4
<b>8</b> Hervido (patata, zanahoria y judías verdes) <u>Revuelto de huevo con tomate</u> con salsa deluxe casera Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 573 h.c. 57,2 lip. 29,2 p. 18,6	<b>9</b> Garbanzos salteados con verdura <u>Albóndigas vegetales en salsa con jardinera de verduras</u> Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 836 h.c. 95,1 lip. 35,3 p. 30,0	<b>10</b> Ensalada completa con huevo y crudités <u>Paella de verdura</u> Fruta de temporada Pan integral Kcal. 907 h.c. 106,0 lip. 44,4 p. 19,0	<b>11</b> Espaguetis integrales con salsa Alfredo Fogonero a la andaluza casera con salteado de calabacín ecológico Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 711 h.c. 83,7 lip. 25,9 p. 33,7	<b>12</b> Lentejas ecológicas estofadas con verduras Burrito de soja texturizada con arroz, frijoles y queso Yogur artesano Pan blanco Kcal. 886 h.c. 114,7 lip. 27,3 p. 40,5
<b>15</b> Arroz integral a la cubana <u>Albóndigas vegetales en salsa con jardinera de verduras</u> Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 775 h.c. 103,6 lip. 28,0 p. 26,8	<b>16</b> Puré de legumbres con hinojo Merluza empanada casera con mayonesa Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 669 h.c. 70,7 lip. 28,7 p. 27,6	<b>17</b> <u>Estofado de patatas y soja texturizada</u> Tortilla con calabacín Yogur natural con fruta de temporada Pan integral Kcal. 699 h.c. 53,7 lip. 38,8 p. 30,4	<b>18 Menú especial fin de curso</b>	
<b>19 Festivo</b>				
<b>22 Festivo</b>				
<b>23 Festivo</b>				
<b>24 Festivo</b>				
<b>25 Festivo</b>				
<b>26 Festivo</b>				
<b>29 Festivo</b>				
<b>30 Festivo</b>				

Escollar-mes5-fopc-C-comvn-cenas

(\*) Los platos resaltados en subrayado son la alternativa al menú basal.