

Menú Escolar

Junio 2026

Ausolan.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1 Arroz con guisantes y zanahoria Filete de lomo adobado al horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada	2 Potaje de garbanzos con calabacín, zanahoria y puerro Tortilla francesa al horno Brócoli al vapor Fruta fresca de temporada	3 Ensalada primaveral  Macarrones integrales con boloñesa vegetal Fruta fresca de temporada	4 Alubias a la jardinera con puerro, zanahoria y guisadas con pimentón Filete de merluza empanada al horno Ensalada de lechuga y aceitunas Yogur natural sin azúcar	5 Crema de coliflor, puerro, zanahoria y judía verde Ragout de cerdo guisado con pimientos Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada
 y por la noche: Verdura / Pescado/ Lácteo	Verdura / Pescado / Pasta / Fruta	Verdura / Legumbre /Huevo/ Fruta	Verdura / Carne /Patata / Fruta	Verdura / Legumbre /Pescado / Fruta
8 Lentejas ecológicas a la jardinera con puerro y calabacín Filete de merluza en salsa marinera con guisantes Fruta fresca de temporada	9 Sopa de ave con fideos Jamoncitos de pollo asados con verduras de temporada Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada	10 Alubias pintas estofadas con calabacín, puerro, zanahoria y pimentón Tortilla de patata al horno Ensalada de lechuga y aceitunas Yogur natural sin azúcar	11 Menestra de verduras con coliflor, judías, guisantes y zanahorias Filete de lomo adobado a la plancha Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada	12 Macarrones integrales con salsa de tomate y queso al gratén Salmón al horno en salsa de naranja  Fruta fresca de temporada
 y por la noche: Verdura / Carne /Patata / Fruta	Verdura / Huevo / Legumbre/ Lácteo	Verdura / Pescado/ Huevo / Fruta	Verdura / Carne / Arroz / Fruta	Verdura / Carne /Huevo / Fruta
15 Patatas en salsa verde con guisantes y perejil Albóndigas mixtas guisadas con cebolla y pimienta roja Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada	16 Lentejas ecológicas a la jardinera con puerro, calabacín y pimentón Filete de pescadilla al horno en salsa de manzana Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada	17 Crema de coliflor, puerro, zanahoria y judía verde Filete de lomo adobado al horno con patatas asadas Yogur natural sin azúcar	18 MENU ESPECIAL FIN DE CURSO	19  Macarrones integrales con salsa de tomate casera Pechuga de pollo a la plancha en salsa con champiñones Fruta fresca de temporada
 y por la noche: Verdura / Pescado/Huevo/ Lácteo	Verdura /Carne/ Arroz / Fruta	Verdura / Pescado/ Legumbre/ Fruta		Verdura /Legumbre/ Pescado/ Lácteo



*Uso de sal yodada en la elaboración de los platos. Las ensaladas se aliñan con Aceite de Oliva Virgen Extra. Se ofrece pan integral dos días a la semana. Frutas de temporada: manzana, pera, plátano, naranja, melón y sandía

*En el comedor se sirven las cantidades de acuerdo a la edad de los comensales. El menú incluye agua de grifo y pan. Estos menús fueron revisados y aprobados por el equipo de dietistas-nutricionistas de Ausolan

*Por causas de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú