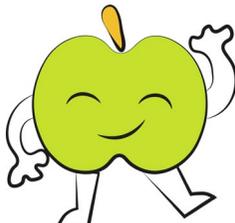


Menú Escolar ISP

Abril 2025

Ausolan.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 P. 27 HC. 116 Lip. 22 Col. 24 IPL. 15 F. 10 Sal. 0,5 Kcal. 677 Lentejas con puerros Albóndigas de salmón en salsa jardinera Yogur natural Verduras/Patatas/Huevo/Fruta	2 P. 12 HC. 104 Lip. 19 Col. 22 IPL. 14 F. 12 Sal. 1 Kcal. 647 Patatas estofadas San jacobos con lechuga Fruta del tiempo Verduras/Pasta/Legumbres/Lácteo	3 P. 22 HC. 92 Lip. 27 Col. 24 IPL. 11 F. 11 Sal. 1 Kcal. 666 Puré de la huerta Tortilla de patata y chorizo con lechuga Fruta del tiempo Verduras/Patata/ Carne/ Fruta	4 P. 32 HC. 115 Lip. 26 Col. 20 IPL. 14 F. 12 Sal. 1 Kcal. 731 Garbanzos estofados con zanahoria Merluza en salsa americana Yogur de sabores Verduras/Patatas/Carne/Fruta
	7 P. 24 HC. 86 Lip. 19 Col. 15 IPL. 15 F. 7 Sal. 0,5 Kcal. 542 Paella con verduras y pollo con ensalada de lechuga Fruta del tiempo por la noche: Verduras/Patatas/Legumbre/Lácteo	8 P. 33 HC. 122 Lip. 17 Col. 20 IPL. 15 F. 13 Sal. 1 Kcal. 692 Alubias pintas guisadas con calabaza Limanda al horno con guisantes Yogur natural Verduras/Arroz/Huevo/Fruta	9 P. 12 HC. 84 Lip. 20 Col. 20 IPL. 13 F. 10 Sal. 1 Kcal. 653 Menestra de verduras Salchichas frescas en salsa con pimientos Fruta del tiempo Verduras/Patata/Pescado/Fruta	10 P. 23 HC. 115 Lip. 19 Col. 22 IPL. 15 F. 13 Sal. 0,5 Kcal. 636 Lentejas guisadas con verduras Albóndigas de merluza en salsa marinera Fruta del tiempo Verduras/Pasta/Carne/Lácteo
14 VACACIONES 	15 VACACIONES	16 VACACIONES	17 FESTIVO	18 FESTIVO 
21 VACACIONES	22 VACACIONES	23 FESTIVO	24 P. 24 HC. 140 Lip. 26 Col. 22 IPL. 15 F. 6 Sal. 0,5 Kcal. 794 Arroz de la huerta Albóndigas mixtas a la campesina Fruta en almíbar Verduras/Pasta/Pescado/Lácteo	25 P. 33 HC. 115 Lip. 24 Col. 20 IPL. 16 F. 12 Sal. 1 Kcal. 745 Garbanzos estofados Escalope de pollo guisado en salsa de verduras Yogur natural Verduras/Patata/Huevo/Fruta
28 P. 26 HC. 82 Lip. 24 Col. 24 IPL. 11 F. 8 Sal. 1 Kcal. 706 Menestra de verduras Filete ruso con salsa de tomate Yogur de sabores por la noche: Verduras/Arroz/Pescado/Fruta	29 P. 22 HC. 128 Lip. 24 Col. 22 IPL. 14 F. 5 Sal. 1 Kcal. 766 Arroz blanco con tomate San marino con lechuga Fruta del tiempo Verduras/Pasta/Huevos/Lácteo	30 P. 30 HC. 116 Lip. 25 Col. 20 IPL. 11 F. 18 Sal. 1 Kcal. 692 Lentejas con zanahoria Estofado de cerdo con verduras Fruta del tiempo Verduras/Arroz/Pescado/Fruta	 	



Proyecto educativo



Sostenibilidad



Recomendaciones nutricionales



Menu in English

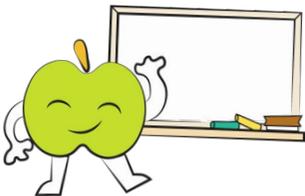
En el comedor se sirven las cantidades acordes a la edad de los niños, lo cual modifica la calibración de cada franja de edad ajustándose así a sus necesidades (para rango de edad entre 3 y 8 años corresponden a un 80% de la calibración indicada). El menú incluye agua y pan. **Estos menús han sido revisados y aprobados por la dietista-nutricionista colegiada CYL00059.** Por causa de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú.

E: Valor energético · G: Grasas · Col: Colesterol · IPL: Índice de perfil lipídico · HC: Hidratos de carbono · Fib: Fibra · P: Proteínas · S: Sal

Menú Escolar ISP

Mayo 2025

Ausolan.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			1 FESTIVO	2 VACACIONES
5 P. 32 HC. 99 Lip. 26 Col. 20 IPL. 7 F. 9 Sal. 1 Kcal. 591 Judías verdes salteadas Pollo asado al limón Fruta del tiempo	6 P. 32 HC. 113 Lip. 25 Col. 20 IPL. 14 F. 12 Sal. 1 Kcal. 695 Garbanzos guisados Merluza en salsa americana Yogur natural	7 P. 27 HC. 120 Lip. 31 Col. 24 IPL. 11 F. 10 Sal. 1 Kcal. 736 Macarrones con tomate y calabacín Tortilla de patata y chorizo con lechuga Fruta del tiempo	8 P. 33 HC. 128 Lip. 21 Col. 23 IPL. 12 F. 12 Sal. 1 Kcal. 714 Alubias blancas con calabaza Filete de cerdo en salsa de cebolla Helado	9 P. 25 HC. 83 Lip. 20 Col. 18 IPL. 15 F. 9 Sal. 0,5 Kcal. 618 Puré de la huerta Ragout de pavo guisado con patata dado Fruta del tiempo
 por la noche: Verduras/Pasta/Legumbres/Lácteo	Verduras/Patata/Carne/Fruta	Verdura/Arroz/Pescado/Fruta	Verduras/Patata/Huevo/Fruta	Verduras/Pasta/Legumbre/Lácteo
12 P. 24 HC. 117 Lip. 19 Col. 22 IPL. 9 F. 5 Sal. 1 Kcal. 661 Arroz blanco con tomate Filete ruso con salsa de verduras Fruta del tiempo	13 P. 21 HC. 109 Lip. 29 Col. 27 IPL. 7 F. 6 Sal. 1 Kcal. 768 Coliflor gratinada Tortilla de patata con lechuga Yogur natural	14 P. 32 HC. 113 Lip. 22 Col. 18 IPL. 15 F. 13 Sal. 0,5 Kcal. 633 Lentejas con calabacín Abadejo en salsa roja Fruta del tiempo	15 P. 27 HC. 81 Lip. 26 Col. 20 IPL. 14 F. 10 Sal. 1 Kcal. 678 Crema de zanahorias Escalope de pollo guisado con champiñones Yogur de sabores	16 P. 29 HC. 111 Lip. 23 Col. 18 IPL. 18 F. 14 Sal. 0,5 Kcal. 648 Garbanzos con puerros Merluza en salsa de verduras Fruta del tiempo
 por la noche: Verduras/Patata/Pescado/Fruta	Verduras/Pasta/Legumbre/Fruta	Verduras/Patata/Huevo/Lácteo	Verduras/Arroz/Pescado/Fruta	Verduras/Patata/Carne/Lácteo
19 P. 35 HC. 118 Lip. 25 Col. 20 IPL. 11 F. 11 Sal. 1 Kcal. 615 Macarrones con boloñesa vegetal Lacón a la gallega Fruta del tiempo	20 P. 29 HC. 117 Lip. 20 Col. 18 IPL. 15 F. 15 Sal. 1 Kcal. 695 Alubias pintas guisadas Limanda a la romana con lechuga Fruta del tiempo	21 P. 30 HC. 94 Lip. 22 Col. 23 IPL. 11 F. 8 Sal. 1 Kcal. 761 Menestra de verduras Jamón de cerdo en salsa de manzana Helado	22 P. 26 HC. 101 Lip. 26 Col. 23 IPL. 10 F. 13 Sal. 1 Kcal. 686 Lentejas con calabacín Huevos gratinados con bechamel Fruta del tiempo	23 P. 33 HC. 95 Lip. 26 Col. 22 IPL. 12 F. 9 Sal. 1 Kcal. 698 Patatas a la marinera Pollo guisado con zanahorias Vaso de leche
 por la noche: Verduras/Arroz/Pescado/Lácteo	Verduras/Patata/Huevo/Fruta	Verduras/Pasta/Legumbre/Fruta	Verduras/Patata/Carne/Lácteo	Verduras/Pasta/Pescado/Fruta
26 P. 23 HC. 102 Lip. 28 Col. 24 IPL. 16 F. 12 Sal. 1 Kcal. 811 Crema de calabaza Albóndigas mixtas a la campesina Yogur de sabores	27 P. 26 HC. 115 Lip. 24 Col. 18 IPL. 14 F. 6 Sal. 0,5 Kcal. 671 Arroz con zanahoria y guisantes Merluza en salsa roja Fruta del tiempo	28 P. 33 HC. 114 Lip. 20 Col. 22 IPL. 14 F. 12 Sal. 0,5 Kcal. 653 Garbanzos con puerros Lomo a la plancha con champiñones Yogur natural	29 P. 19 HC. 99 Lip. 22 Col. 23 IPL. 11 F. 12 Sal. 0,5 Kcal. 566 Judías verdes con sofrito de tomate Tortilla de patata con lechuga Fruta del tiempo	30 P. 34 HC. 119 Lip. 27 Col. 18 IPL. 15 F. 15 Sal. 0,5 Kcal. 675 Alubias blancas a la hortelana Abadejo rebozado con lechuga Fruta del tiempo
 por la noche: Verduras/Pasta/Legumbre/Fruta	Verduras/Patata/Carne/Lácteo	Verduras/Arroz/Pescado/Fruta	Verdura/Pasta/Carne/Fruta	Verduras/Patata/Huevo/Lácteo



Proyecto educativo



Sostenibilidad



Recomendaciones nutricionales



Menu in English

En el comedor se sirven las cantidades acordes a la edad de los niños, lo cual modifica la calibración de cada franja de edad ajustándose así a sus necesidades (para rango de edad entre 3 y 8 años corresponden a un 80% de la calibración indicada). El menú incluye agua y pan. **Estos menús han sido revisados y aprobados por la dietista-nutricionista colegiada CYL00059.** Por causa de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú.

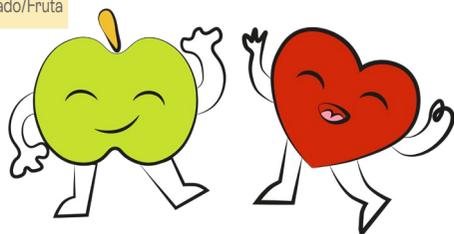
E: Valor energético · G: Grasas · Col: Colesterol · IPL: Índice de perfil lipídico · HC: Hidratos de carbono · Fib: Fibra · P: Proteínas · S: Sal

Menú Escolar ISP

Junio 2025

Ausolan.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 P. 27 HC. 104 Lip. 20 Col. 20 IPL. 12 F. 8 Sal. 0,5 Kcal. 611 Caracolillos con tomate Filete de cerdo en salsa de cebolla Fruta del tiempo por la noche: Verduras/Arroz/Pescado/Lácteo	3 P. 27 HC. 116 Lip. 11 Col. 24 IPL. 15 F. 10 Sal. 0,5 Kcal. 673 Lentejas con zanahoria Albóndigas de salmón en salsa jardinera Yogur natural Verduras/Pasta/Carne/Fruta	4 P. 12 HC. 104 Lip. 19 Col. 22 IPL. 14 F. 12 Sal. 1 Kcal. 647 Patatas estofadas San jacobos con lechuga Fruta del tiempo Verduras/Arroz/Legumbre/Lácteo	5 P. 28 HC. 110 Lip. 23 Col. 18 IPL. 14 F. 14 Sal. 1 Kcal. 653 Garbanzos con calabaza Merluza en salsa americana Fruta del tiempo Verduras/Patata/Huevo/Fruta	6 P. 27 HC. 108 Lip. 32 Col. 27 IPL. 11 F. 8 Sal. 1 Kcal. 760 Puré de la huerta Tortilla de patata y chorizo con lechuga Helado Verduras/Pasta/Carne/Fruta
9 P. 27 HC. 91 Lip. 22 Col. 17 IPL. 15 F. 4 Sal. 1 Kcal. 620 Paella con verduras y pollo con ensalada de lechuga Yogur de sabores por la noche: Verduras/Patata/Legumbre/Fruta	10 P. 16 HC. 91 Lip. 25 Col. 23 IPL. 9 F. 14 Sal. 0,5 Kcal. 587 Crema de calabacín Tortilla de patata con lechuga Fruta del tiempo Verduras/Pasta/Carne/Fruta	11 P. 29 HC. 120 Lip. 15 Col. 18 IPL. 15 F. 16 Sal. 1 Kcal. 651 Alubias pintas con verduras Limanda al horno con guisantes Fruta del tiempo Verduras/Patata/Huevo/Lácteo	12 P. 15 HC. 86 Lip. 22 Col. 22 IPL. 13 F. 8 Sal. 1 Kcal. 604 Menestra de verduras Salchichas frescas en salsa con pimientos Yogur natural Verduras/Arroz/Legumbre/Fruta	13 P. 23 HC. 115 Lip. 20 Col. 22 IPL. 14 F. 13 Sal. 0,5 Kcal. 636 Lentejas con puerros Albóndigas de merluza en salsa marinera Fruta del tiempo Verduras/Pasta/Carne/Lácteo
16 P. 27 HC. 85 Lip. 21 Col. 18 IPL. 12 F. 9 Sal. 0,5 Kcal. 551 Judías verdes con patatas Pollo asado al limón Fruta del tiempo por la noche: Verdura/Arroz/Huevo/Lácteo	17 P. 39 HC. 136 Lip. 32 Col. 21 IPL. 17 F. 12 Sal. 1 Kcal. 777 Garbanzos estofados Abadejo rebozado con lechuga Helado Verduras/Patata/Carne/Fruta	18 P. 29 HC. 85 Lip. 25 Col. 24 IPL. 8 F. 10 Sal. 2 Kcal. 796 Ensalada campera Lomo sajonia al ajillo con lechuga Fruta del tiempo Verduras/Pasta/Legumbre/Fruta	19 P. 29 HC. 101 Lip. 25 Col. 18 IPL. 14 F. 12 Sal. 0,5 Kcal. 633 Lentejas con calabacín Merluza en salsa de verduras Fruta del tiempo Verduras/Arroz/Huevo/Lácteo	20 P. 20 HC. 114 Lip. 23 Col. 25 IPL. 11 F. 3 Sal. 0,5 Kcal. 630 Arroz blanco con tomate Tortilla francesa con lechuga Yogur natural Verduras/Pasta/Pescado/Fruta
23 P. 31 HC. 132 Lip. 32 Col. 27 IPL. 6 F. 5 Sal. 1 Kcal. 770 Macarrones a la napolitana Salchichas horneadas con salsa de tomate Helado y por la noche: Verduras/Patata/Pescado/Fruta				



¡VACACIONES DE VERANO!



Proyecto educativo



Sostenibilidad



Recomendaciones nutricionales



Menu in English

En el comedor se sirven las cantidades acordes a la edad de los niños, lo cual modifica la calibración de cada franja de edad ajustándose así a sus necesidades (para rango de edad entre 3 y 8 años corresponden a un 80% de la calibración indicada). El menú incluye agua y pan. **Estos menús han sido revisados y aprobados por la dietista-nutricionista colegiada CYL00059.** Por causa de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú.

E: Valor energético · G: Grasas · Col: Colesterol · IPL: Índice de perfil lipídico · HC: Hidratos de carbono · Fib: Fibra · P: Proteínas · S: Sal