

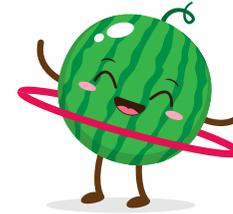
Menú Escolar ISP

Septiembre 2025

Ausolan.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
-------	--------	-----------	--------	---------

¡BIENVENIDO AL COMEDOR!



<p>8 P. 22 HC. 140 Lip. 23 Col. 22 IPL. 15 F. 6 Sal. 0 Kcal. 758</p> <p>Arroz blanco con tomate Albóndigas mixtas en salsa jardinera Fruta en almíbar</p> <p>y por la noche: Verduras/Patata/Huevo/Fruta</p>	<p>9 P. 26 HC. 122 Lip. 30 Col. 25 IPL. 12 F. 12 Sal. 1 Kcal. 737</p> <p>Lentejas estofadas Tortilla de patata con rodaja de tomate Yogur de sabores</p> <p>y por la noche: Verduras/Arroz/Pescado/Fruta</p>	<p>10 P. 25 HC. 87 Lip. 23 Col. 18 IPL. 14 F. 9 Sal. 0 Kcal. 612</p> <p>Patatas guisadas Merluza en salsa verde con guisantes Fruta del tiempo</p> <p>y por la noche: Verduras/Pasta/Carne/Lácteo</p>	<p>11 P. 30 HC. 102 Lip. 28 Col. 21 IPL. 10 F. 11 Sal. 1 Kcal. 740</p> <p>Crema de calabacín Escalope de pollo guisado con patata dado Helado</p> <p>y por la noche: Verduras/Arroz/Legumbre/Fruta</p>	<p>12 P. 33 HC. 110 Lip. 28 Col. 22 IPL. 10 F. 9 Sal. 1 Kcal. 756</p> <p>Macarrones salteados con champiñones y bacon Limanda a la romana con mahonesa Fruta del tiempo</p> <p>y por la noche: Verduras/Patata/Huevo/Lácteo</p>
<p>15 P. 24 HC. 88 Lip. 14 Col. 20 IPL. 10 F. 11 Sal. 1 Kcal. 634</p> <p>Judías verdes con sofrito de tomate Jamón de cerdo en salsa de manzana Fruta del tiempo</p> <p>y por la noche: Verduras/Arroz/Pescado/Lácteo</p>	<p>16 P. 34 HC. 121 Lip. 27 Col. 18 IPL. 15 F. 16 Sal. 0 Kcal. 675</p> <p>Alubias blancas con puerros Abadejo a la romana con rodaja de tomate Fruta del tiempo</p> <p>y por la noche: Verduras/Pasta/Carne/Fruta</p>	<p>17 P. 34 HC. 109 Lip. 29 Col. 22 IPL. 9 F. 6 Sal. 1 Kcal. 797</p> <p>Espirales a la napolitana Pechuga de pollo en salsa de naranja con lechuga Yogur de sabores</p> <p>y por la noche: Verduras/Patata/Legumbre/Fruta</p>	<p>18 P. 21 HC. 130 Lip. 17 Col. 22 IPL. 14 F. 7 Sal. 0 Kcal. 676</p> <p>Arroz a la milanesa Albóndigas de merluza en salsa marinera Fruta del tiempo</p> <p>y por la noche: Verduras/Pasta/Huevo/Lácteo</p>	<p>19 P. 27 HC. 102 Lip. 29 Col. 25 IPL. 11 F. 10 Sal. 1 Kcal. 646</p> <p>Lentejas con zanahoria Tortilla francesa con loncha de queso Yogur natural</p> <p>y por la noche: Verduras/Arroz/Pescado/Fruta</p>
<p>22 P. 28 HC. 112 Lip. 27 Col. 18 IPL. 15 F. 9 Sal. 0 Kcal. 636</p> <p>Espaguetis con tomate Merluza en salsa de calabacín Fruta del tiempo</p> <p>y por la noche: Verduras/Pasta/Pescado/Fruta</p>	<p>23 P. 24 HC. 88 Lip. 25 Col. 23 IPL. 11 F. 13 Sal. 1 Kcal. 667</p> <p>Menestra de verduras Tortilla de patata y chorizo con rodaja de tomate Fruta del tiempo</p> <p>y por la noche: Verduras/Arroz/Pescado/Lácteo</p>	<p>24 P. 29 HC. 130 Lip. 28 Col. 24 IPL. 16 F. 12 Sal. 1 Kcal. 817</p> <p>Alubias pintas guisadas San marinos con ensalada Yogur natural</p> <p>y por la noche: Verduras/Pasta/Huevo/Fruta</p>	<p>25 P. 25 HC. 85 Lip. 23 Col. 18 IPL. 15 F. 13 Sal. 0 Kcal. 680</p> <p>Crema de verduras con picatostes Estofado de pavo con patata dado Fruta del tiempo</p> <p>y por la noche: Verduras/Arroz/Legumbre/Lácteo</p>	<p>26 P. 18 HC. 126 Lip. 23 Col. 22 IPL. 15 F. 12 Sal. 1 Kcal. 726</p> <p>Garbanzos estofados Salchichas frescas encebolladas Yogur de sabores</p> <p>y por la noche: Verduras/Patata/Huevo/Fruta</p>
<p>29 P. 32 HC. 90 Lip. 18 Col. 17 IPL. 14 F. 9 Sal. 1 Kcal. 674</p> <p>Paella con verduras y carne Ensalada mixta Fruta del tiempo</p> <p>y por la noche: Verduras/Patata/Pescado/Lácteo</p>	<p>30 P. 34 HC. 104 Lip. 16 Col. 20 IPL. 16 F. 10 Sal. 1 Kcal. 668</p> <p>Lentejas guisadas con verduras Bacalao en salsa de tomate Yogur natural</p> <p>y por la noche: Verduras/Pasta/Carne/Fruta</p>			



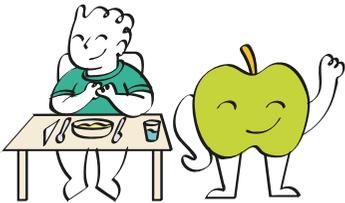
*En el comedor se sirven las cantidades acordes a la edad de los niños, lo cual modifica la calibración de cada franja de edad ajustándose así a sus necesidades (para rango de edad entre 3 y 8 años corresponden a un 80% de la calibración indicada). El menú incluye agua y pan. Estos menús han sido revisados 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

Octubre 2025

Ausolan.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	
		1 P. 29 HC. 100 Lip. 20 Col. 20 IPL. 11 F. 10 Sal. 1 Kcal. 677 Patatas a la riojana Pollo asado al romero Fruta del tiempo Verduras/Arroz/Legumbre/Lácteo	2 P. 18 HC. 116 Lip. 22 Col. 22 IPL. 16 F. 14 Sal. 1 Kcal. 666 Potaje de alubias blancas con verduras Calamares a la romana con ensalada de lechuga y maíz Fruta del tiempo Verduras/Patata/Huevo/Fruta	3 P. 28 HC. 86 Lip. 23 Col. 20 IPL. 14 F. 7 Sal. 1 Kcal. 694 Puré de verduras Limanda rebozada con calabacín al horno Yogur de sabores Verduras/Pasta/Carne/Fruta	
6 P. 22 HC. 104 Lip. 25 Col. 25 IPL. 12 F. 10 Sal. 1 Kcal. 643 Judías verdes con sofrito de tomate Tortilla de patata con lechuga Yogur de sabores y por la noche: Verduras/Pasta/Pescado/Fruta	7 P. 33 HC. 134 Lip. 22 Col. 21 IPL. 7 F. 15 Sal. 1 Kcal. 826 Sopa de fideos Garbanzos con sacramentos Fruta del tiempo Verduras/Patata/Huevo/Fruta	8 P. 24 HC. 123 Lip. 17 Col. 22 IPL. 14 F. 12 Sal. 1 Kcal. 666 Macarrones con boloñesa vegetal Albóndigas de merluza en salsa marinera Fruta del tiempo Verduras/Arroz/Legumbre/Lácteo	9 P. 27 HC. 82 Lip. 27 Col. 24 IPL. 8 F. 11 Sal. 1 Kcal. 728 Crema de calabacín Lomo sajonia al ajillo con pimientos Yogur natural Verduras/Pasta/Pescado/Fruta	10 P. 28 HC. 101 Lip. 25 Col. 18 IPL. 14 F. 13 Sal. 1 Kcal. 621 Lentejas con puerros Merluza en salsa de verduras Fruta del tiempo Verduras/Patata/Carne/Lácteo	
13 FESTIVO		14 P. 25 HC. 138 Lip. 26 Col. 24 IPL. 15 F. 4 Sal. 1 Kcal. 823 Arroz con sofrito casero de tomate Albóndigas de pollo en salsa campesina Yogur de sabores Verduras/Patata/Legumbre/Fruta	15 P. 19 HC. 102 Lip. 23 Col. 0 IPL. 14 F. 11 Sal. 1 Kcal. 618 Menestra de verduras Croquetas y empanadillas con patata panadera al romero Fruta del tiempo Verduras/Pasta/Carne/Fruta	16 P. 20 HC. 111 Lip. 23 Col. 23 IPL. 13 F. 14 Sal. 1 Kcal. 598 Alubias pintas con verduras Tortilla francesa con lechuga Fruta del tiempo Verduras/Patata/Pescado/Lácteo	17 P. 25 HC. 93 Lip. 23 Col. 24 IPL. 11 F. 7 Sal. 1 Kcal. 713 Patatas guisadas Hamburguesa con salsa de verduras Yogur natural Verduras/Arroz/Huevo/Fruta
20 P. 33 HC. 103 Lip. 27 Col. 20 IPL. 13 F. 13 Sal. 0 Kcal. 704 Guisantes a la francesa Escalope de pollo en salsa de cebolla Fruta del tiempo y por la noche: Verduras/Patata/Huevo/Fruta	21 P. 23 HC. 76 Lip. 18 Col. 20 IPL. 10 F. 13 Sal. 0 Kcal. 582 Crema de calabaza Lomo adobado con champiñones asados Fruta del tiempo Verduras/Pasta/Pescado/Lácteo	22 P. 33 HC. 108 Lip. 29 Col. 22 IPL. 11 F. 6 Sal. 1 Kcal. 755 Espaguetis a la napolitana Medallón de merluza en salsa con lechuga y zanahoria Yogur de sabores Verduras/Arroz/Legumbre/Fruta	23 P. 86 HC. 107 Lip. 25 Col. 18 IPL. 14 F. 14 Sal. 1 Kcal. 685 Lentejas con puerros Estofado de pavo con verduras Fruta del tiempo Verduras/Patata/Huevo/Lácteo	24 P. 33 HC. 92 Lip. 22 Col. 20 IPL. 16 F. 9 Sal. 1 Kcal. 639 Menestra de verduras Abadejo en salsa marinera con patata panadera Yogur natural Verduras/Pasta/Carne/Fruta	
27 P. 23 HC. 116 Lip. 33 Col. 26 IPL. 15 F. 8 Sal. 1 Kcal. 871 Patatas gratinadas con queso Varitas de merluza con lechuga y maíz Yogur de sabores y por la noche: Verduras/Pasta/Legumbre/Fruta	28 P. 19 HC. 119 Lip. 25 Col. 28 IPL. 12 F. 6 Sal. 1 Kcal. 649 Arroz 3 delicias Tortilla francesa con lechuga Fruta del tiempo Verduras/Patata/Pescado/Fruta	29 P. 35 HC. 112 Lip. 16 Col. 18 IPL. 17 F. 14 Sal. 0 Kcal. 667 Garbanzos con berza Chuleta de pavo al ajillo con pimientos asados Fruta del tiempo Verduras/Arroz/Huevo/Lácteo	30 MENÚ HALLOWEEN Crema de calabaza, zanahoria y cebolla Hamburguesa en salsa de zanahoria Melocotón en almíbar Verduras/Pasta/Legumbres/Fruta	31 FESTIVO	



Proyecto educativo



Sostenibilidad



Recomendaciones nutricionales



Iconografía



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.

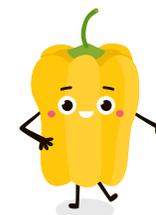
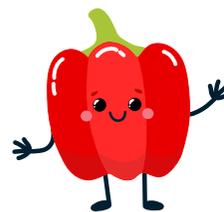
E: Valor energético · G: Grasas · Col: Colesterol · IPL: Índice de perfil lipídico · HC: Hidratos de carbono · Fib: Fibra · P: Proteínas · S: Sal

Menú Escolar ISP

Noviembre 2025

Ausolan.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
3 P. 36 HC. 104 Lip. 33 Col. 38 IPL. 11 F. 8 Sal. 1 Kcal. 662 Fideua mixta de pollo con verduras Tortilla de patata con lechuga Fruta del tiempo 🌙...y por la noche: Verduras/Arroz/Pescado/Lácteo	4 P. 33 HC. 114 Lip. 20 Col. 22 IPL. 11 F. 12 Sal. 1 Kcal. 646 Alubias pintas con verduras Lomo adobado con champiñones asados Yogur natural Verduras/Patata/Huevo/Fruta	5 P. 18 HC. 130 Lip. 24 Col. 2 IPL. 13 F. 11 Sal. 1 Kcal. 713 Patatas a la riojana Croquetas de bacalao con lechuga Fruta del tiempo Verduras/Pasta/Carne/Lácteo	6 P. 30 HC. 87 Lip. 20 Col. 21 IPL. 12 F. 4 Sal. 1 Kcal. 696 Sopa de ave con fideos Ragout de pavo guisado con patata dado Yogur de sabores Verduras/Arroz/Legumbre/Fruta	7 P. 28 HC. 109 Lip. 26 Col. 18 IPL. 15 F. 13 Sal. 0 Kcal. 622 Lentejas estofadas Merluza al horno con refrito de ajos y lechuga Fruta del tiempo Verduras/Patata/Huevo/Fruta
10 P. 23 HC. 89 Lip. 26 Col. 22 IPL. 15 F. 10 Sal. 1 Kcal. 698 Menestra de verduras San marino con lechuga Fruta del tiempo 🌙...y por la noche: Verduras/Pasta/Huevo/Fruta	11 P. 23 HC. 101 Lip. 27 Col. 24 IPL. 13 F. 13 Sal. 1 Kcal. 713 Crema de calabacín, puerro y cebolla Albóndigas mixtas en salsa jardinera Yogur natural Verduras/Arroz/Legumbre/Fruta	12 P. 23 HC. 128 Lip. 25 Col. 23 IPL. 15 F. 17 Sal. 1 Kcal. 683 Garbanzos estofados Tortilla de patata con ensalada Fruta del tiempo Verduras/Patata/Pescado/Lácteo	13 P. 36 HC. 116 Lip. 19 Col. 20 IPL. 10 F. 2 Sal. 0 Kcal. 733 Arroz con sofrito casero de tomate Pollo asado al chilindrón Yogur de sabores Verduras/Pasta/Legumbre/Fruta	14 P. 34 HC. 121 Lip. 27 Col. 18 IPL. 15 F. 15 Sal. 1 Kcal. 675 Alubias blancas con hortalizas Abadejo a la romana con lechuga y zanahoria Fruta del tiempo Verduras/Arroz/Carne/Lácteo
17 P. 29 HC. 104 Lip. 29 Col. 22 IPL. 11 F. 9 Sal. 1 Kcal. 759 Macarrones con tomate Lomo sajonia con piperrada Fruta del tiempo 🌙...y por la noche: Verduras/Arroz/Huevo/Lácteo	18 P. 29 HC. 98 Lip. 18 Col. 20 IPL. 11 F. 10 Sal. 1 Kcal. 662 Patatas a la marinera Pollo asado al romero Fruta del tiempo Verduras/Pasta/Legumbre/Fruta	19 P. 37 HC. 139 Lip. 25 Col. 23 IPL. 8 F. 12 Sal. 1 Kcal. 904 Sopa de fideos Garbanzos con sacramentos Yogur de sabores Verduras/Patata/Pescado/Fruta	20 P. 18 HC. 84 Lip. 23 Col. 23 IPL. 11 F. 9 Sal. 1 Kcal. 521 Judías verdes con zanahoria y patata Tortilla francesa con loncha de queso Fruta del tiempo Verduras/Arroz/Carne/Lácteo	21 P. 35 HC. 130 Lip. 22 Col. 20 IPL. 17 F. 13 Sal. 1 Kcal. 717 Alubias pintas estofadas Merluza al horno con patata panadera Yogur natural Verduras/Pasta/Huevo/Fruta
24 P. 19 HC. 126 Lip. 24 Col. 24 IPL. 14 F. 13 Sal. 1 Kcal. 740 Lentejas guisadas San jacobos con ensalada de lechuga y maíz Yogur de sabores 🌙...y por la noche: Verduras/Pasta/Huevo/Fruta	25 P. 27 HC. 87 Lip. 12 Col. 18 IPL. 16 F. 9 Sal. 1 Kcal. 612 Patatas estofadas Bacalao en salsa de tomate Fruta del tiempo Verduras/Arroz/Legumbre/Lácteo	26 JORNADA ITALIANA Macarrones Amatriciana Pizza Profiteles de nata 🍷 Verduras/Patata/Pescado/Fruta	27 P. 23 HC. 126 Lip. 25 Col. 23 IPL. 15 F. 16 Sal. 1 Kcal. 683 Garbanzos con calabaza Tortilla de patata con lechuga Fruta del tiempo Verduras/Pasta/Carne/Lácteo	28 P. 25 HC. 81 Lip. 25 Col. 20 IPL. 13 F. 9 Sal. 1 Kcal. 656 Puré de la huerta Limanda a la romana con mahonesa Fruta del tiempo Verduras/Patata/Huevo/Fruta



Proyecto educativo



Sostenibilidad



Recomendaciones nutricionales



Iconografía



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.

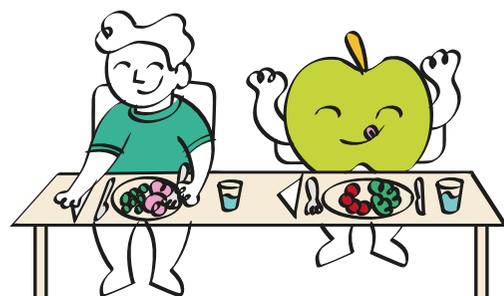
E: Valor energético · G: Grasas · Col: Colesterol · IPL: Índice de perfil lipídico · HC: Hidratos de carbono · Fib: Fibra · P: Proteínas · S: Sal

Menú Escolar ISP

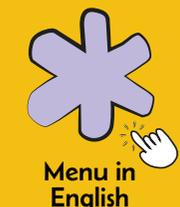
Diciembre 2025

Ausolan.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1 P. 13 HC. 114 Lip. 9 Col. 23 IPL. 10 F. 8 Sal. 1 Kcal. 503 Sopa de ave con fideos Lasaña a la boloñesa Fruta del tiempo	2 P. 12 HC. 89 Lip. 22 Col. 22 IPL. 10 F. 10 Sal. 1 Kcal. 593 Crema de calabacín, puerro y patata Longaniza de pollo en salsa con pimientos Yogur natural	3 P. 24 HC. 128 Lip. 18 Col. 22 IPL. 15 F. 16 Sal. 1 Kcal. 665 Alubias pintas con verduras Albóndigas de merluza en salsa de tomate Fruta del tiempo	4 P. 20 HC. 73 Lip. 25 Col. 23 IPL. 11 F. 10 Sal. 1 Kcal. 551 Menestra de verduras Tortilla francesa con loncha de queso Fruta del tiempo	5 P. 36 HC. 113 Lip. 25 Col. 20 IPL. 15 F. 11 Sal. 1 Kcal. 696 Lentejas con puerros Abadejo en salsa verde Yogur de sabores
 por la noche: Verduras/Arroz/Legumbre/Lácteo	Verduras/Pasta/Pescado/Fruta	Verduras/Patata/Huevo/Fruta	Verduras/Arroz/Carne/Lácteo	Verduras/Pasta/Huevo/Fruta
8 FESTIVO	9 P. 26 HC. 103 Lip. 25 Col. 25 IPL. 11 F. 10 Sal. 1 Kcal. 712 Judías verdes con sofrito de tomate Tortilla de patata y chorizo con rodaja de tomate Yogur de sabores	10 P. 26 HC. 103 Lip. 25 Col. 25 IPL. 11 F. 10 Sal. 1 Kcal. 712 Alubias blancas con zanahorias San marino con lechuga Fruta del tiempo	11 P. 27 HC. 80 Lip. 24 Col. 20 IPL. 13 F. 10 Sal. 1 Kcal. 715 Crema de calabaza Escalope de pollo guisado en salsa de verduras Yogur natural	12 P. 29 HC. 112 Lip. 25 Col. 22 IPL. 11 F. 14 Sal. 1 Kcal. 799 Cocido montañés Sacramentos Fruta del tiempo
Verduras/Pasta/Pescado/Fruta	Verduras/Patata/Carne/Lácteo	Verduras/Arroz/Legumbre/Fruta	Verduras/Pasta/Huevo/Lácteo	
15 P. 30 HC. 120 Lip. 23 Col. 18 IPL. 13 F. 6 Sal. 0 Kcal. 666 Arroz con tomate Abadejo a la romana con lechuga Fruta del tiempo	16 P. 26 HC. 119 Lip. 29 Col. 25 IPL. 12 F. 12 Sal. 1 Kcal. 709 Lentejas con calabacín Tortilla de patata con lechuga Yogur natural	17 P. 27 HC. 74 Lip. 25 Col. 22 IPL. 11 F. 11 Sal. 1 Kcal. 698 Menestra de verduras Lomo sajonia con piperrada Fruta del tiempo	18 P. 29 HC. 111 Lip. 23 Col. 18 IPL. 17 F. 15 Sal. 1 Kcal. 665 Garbanzos con zanahoria Medallón de merluza en salsa verde Fruta del tiempo	19 MENÚ NAVIDAD Macarrones a la napolitana Perrito caliente con chips Postre especial 🍷
 por la noche: Verduras/Patata/Carne/Lácteo	Verduras/Arroz/Pescado/Fruta	Verduras/Pasta/Huevo/Lácteo	Verduras/Patata/Carne/Fruta	Verduras/Arroz/Legumbre/Fruta



¡VACACIONES!



*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