

Enero
2026

Ausolan.

Menú Escolar ISP

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				
12 Prt. 23 HC. 84 Lip. 13 Kcal. 510 Judías verdes con sofrito de tomate Filete de jamón de cerdo en salsa de manzana Fruta del tiempo	13 Prt. 34 HC. 121 Lip. 27 Kcal. 675 Potaje de alubias blancas con verduras Abadejo a la romana con rodaja de tomate Fruta del tiempo	14 Prt. 34 HC. 109 Lip. 29 Kcal. 797 Espirales a la napolitana Pechuga de pollo en salsa de naranja con lechuga Yogur de sabores	15 Prt. 19 HC. 100 Lip. 17 Kcal. 622 Patatas guisadas Albóndigas de merluza en salsa marinera Fruta del tiempo	8 Prt. 29 HC. 131 Lip. 28 Kcal. 789 Macarrones salteados con champiñones y bacon Albóndigas mixtas en salsa jardinera Melocotón en almíbar
19 Prt. 28 HC. 104 Lip. 27 Kcal. 636 Espaguetis con tomate Rape en salsa verde con patata panadera Fruta del tiempo	20 Prt. 32 HC. 75 Lip. 16 Kcal. 582 Menestra de verduras Chuleta de cerdo a la riojana con pimientos Fruta del tiempo	21 Prt. 29 HC. 119 Lip. 29 Kcal. 792 Alubias pintas guisadas San marino con lechuga y zanahoria Vaso de leche	22 Prt. 25 HC. 85 Lip. 23 Kcal. 680 Crema de verduras con picatostes Estofado de pavo con patata dado Fruta del tiempo	9 Prt. 35 HC. 114 Lip. 28 Kcal. 794 Lentejas estofadas Escalope de pollo guisado con patata dado Yogur de sabores
26 Prt. 26 HC. 94 Lip. 22 Kcal. 639 Ensalada mediterránea Paella con verduras y pollo Fruta del tiempo	27 Prt. 34 HC. 104 Lip. 16 Kcal. 668 Lentejas guisadas Bacalao en salsa de tomate Yogur natural	28 Prt. 34 HC. 100 Lip. 20 Kcal. 679 Patatas a la riojana Contramuslo de pollo asado al romero Fruta del tiempo	29 Prt. 20 HC. 140 Lip. 20 Kcal. 692 Potaje de alubias blancas con verduras Croquetas con lechuga Fruta del tiempo	16 Prt. 24 HC. 103 Lip. 27 Kcal. 615 Lentejas con zanahoria Tortilla francesa con calabacín asado Yogur natural
				23 Prt. 18 HC. 126 Lip. 23 Kcal. 726 Garbanzos estofados Salchichas frescas encebolladas Yogur de sabores
				30 Prt. 28 HC. 86 Lip. 23 Kcal. 694 Puré de verduras Limanda a la romana con calabacín al horno Yogur de sabores

* 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 CYLOOO59. Por causa de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú.

E: Valor energético · G: Grasas · HC: Hidratos de carbono · P: Proteínas



Proyecto
educativo



Sostenibilidad



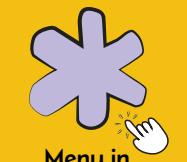
Recomendaciones
nutricionales



Iconografía



Orientaciones
cenas



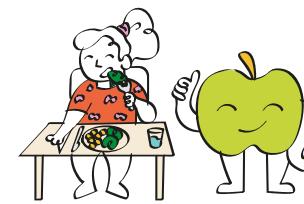
Menu in
English

**Febrero
2026**

Menú Escolar ISP

Ausolan.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Prt. 27 HC. 113 Lip. 31 Kcal. 693 Judías verdes salteadas con sofrito de tomate Tortilla de patata con ensalada de lechuga y maíz Yogur de sabores	3 Prt. 33 HC. 134 Lip. 22 Kcal. 826 Sopa de fideos Garbanzos con sacramentos Fruta del tiempo	4 Prt. 24 HC. 123 Lip. 17 Kcal. 666 Macarrones con boloñesa vegetal Albóndigas de merluza en salsa marinera Fruta del tiempo	5 Prt. 27 HC. 82 Lip. 27 Kcal. 728 Crema de calabacín Lomo sajonia al ajillo con pimientos Yogur natural	6 Prt. 32 HC. 110 Lip. 20 Kcal. 757 Lentejas con puerros Salmón al horno con patata asada Fruta del tiempo
9 Prt. 29 HC. 57 Lip. 23 Kcal. 723 Ensalada con encurtidos Caldereta con costilla y picadillo Fruta del tiempo	10 Prt. 29 HC. 117 Lip. 24 Kcal. 713 Arroz con sofrito casero de tomate Merluza en salsa verde con guisantes Yogur de sabores	11 Prt. 19 HC. 85 Lip. 25 Kcal. 599 Menestra de verduras Tortilla francesa con pan tumaca Fruta del tiempo	12 Prt. 32 HC. 128 Lip. 20 Kcal. 675 Alubias pintas con verduras Abadejo al horno con patata panadera Fruta del tiempo	13 MENÚ DE CARNAVALES Espirales a la boloñesa Flamenquines con lechuga Mousse natural
16 FESTIVO	17 FESTIVO	18 Prt. 30 HC. 120 Lip. 26 Kcal. 755 Arroz a la milanesa Medallón de merluza en salsa con lechuga y zanahoria Yogur de sabores	19 Prt. 29 HC. 101 Lip. 20 Kcal. 585 Lentejas guisadas Lomo adobado con champiñones asados Fruta del tiempo	20 Prt. 24 HC. 92 Lip. 27 Kcal. 643 Menestra de verduras Tortilla de patata con juliana de pimientos Yogur natural
23 Prt. 23 HC. 116 Lip. 33 Kcal. 871 Patatas gratinadas con queso Varitas de merluza con ensalada de tomate Yogur de sabores	24 Prt. 16 HC. 85 Lip. 21 Kcal. 490 Judías verdes con zanahoria y patata Tortilla francesa con lechuga Fruta del tiempo	25 Prt. 33 HC. 103 Lip. 21 Kcal. 629 Garbanzos con berza Lomo a la plancha con champiñones Vaso de leche	26 Prt. 19 HC. 80 Lip. 21 Kcal. 683 Crema de calabaza Hamburguesa con salsa jardinería Fruta del tiempo	27 Prt. 35 HC. 130 Lip. 22 Kcal. 717 Potaje de alubias blancas con verduras Abadejo a la andaluza con salsa de tomate Yogur natural



* 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 CYLOOO59. Por causa de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú.

E: Valor energético · G: Grasas · HC: Hidratos de carbono · P: Proteínas



Proyecto educativo



Sostenibilidad



Recomendaciones nutricionales



Iconografía



Orientaciones cenas



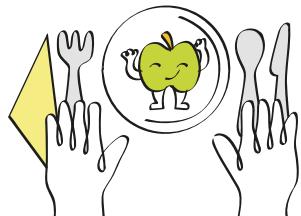
Menu in English

**Marzo
2026**

Ausolan.

Menú Escolar ISP

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Prt. 17 HC. 106 Lip. 27 Kcal. 727 Coliflor gratinada Tortilla de patata con lechuga Fruta del tiempo	3 Prt. 33 HC. 114 Lip. 20 Kcal. 646 Alubias pintas con calabaza Lomo adobado con champiñones asados Yogur natural	4 Prt. 26 HC. 109 Lip. 28 Kcal. 662 Patatas a la riojana Merluza al horno con refrito de ajos y lechuga Fruta del tiempo	5 Prt. 30 HC. 84 Lip. 23 Kcal. 722 Sopa de lluvia Escalope de pollo guisado con verduras Yogur de sabores	6 Prt. 21 HC. 127 Lip. 23 Kcal. 656 Lentejas estofadas Empanadillas de atún con ensalada de tomate Fruta del tiempo
9 Prt. 23 HC. 95 Lip. 25 Kcal. 678 Menestra de verduras Albóndigas mixtas a la campesina Fruta del tiempo	10 Prt. 26 HC. 128 Lip. 25 Kcal. 717 Garbanzos estofados Tortilla de patata Yogur natural	11 Prt. 23 HC. 86 Lip. 16 Kcal. 587 Patatas guisadas Filete de jamón en salsa de zanahoria Fruta del tiempo	12 Prt. 31 HC. 118 Lip. 18 Kcal. 734 Arroz con sofrito casero de tomate Muslo de pollo asado al chilindrón Yogur de sabores	13 Prt. 29 HC. 119 Lip. 27 Kcal. 710 Alubias blancas con hortalizas Merluza a la romana con lechuga Fruta del tiempo
16 Prt. 13 HC. 123 Lip. 10 Kcal. 501 Judías verdes al ajo arriero Canelones gratinados Fruta del tiempo	17 Prt. 29 HC. 101 Lip. 27 Kcal. 756 Lentejas estofadas Lomo sajonia con piperrada Fruta del tiempo	18 Prt. 31 HC. 105 Lip. 28 Kcal. 864 Patatas a la marinera Magro estofado en salsa de tomate Yogur de sabores	19 Prt. 22 HC. 103 Lip. 29 Kcal. 620 Caracolillos con tomate Tortilla francesa con loncha de queso Fruta del tiempo	20 Prt. 35 HC. 119 Lip. 23 Kcal. 692 Alubias pintas estofadas Abadejo al horno con patata panadera Vaso de leche
23 Prt. 33 HC. 119 Lip. 30 Kcal. 764 Lentejas guisadas Merluza empanada con lechuga Yogur de sabores	24 JORNADA ALEMANA Puré de patata y puerro Codillo asado con repollo Tarta de manzana	25 Prt. 33 HC. 134 Lip. 22 Kcal. 826 Sopa de fideos Garbanzos con sacramentos Fruta del tiempo	26 Prt. 28 HC. 79 Lip. 14 Kcal. 598 Crema de calabacín Bacalao en salsa de tomate Yogur líquido	



Proyecto
educativo



Sostenibilidad



Recomendaciones
nutricionales



Iconografía



Orientaciones
cenas



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 CYLOOO59. Por causa de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú.

E: Valor energético · G: Grasas · HC: Hidratos de carbono · P: Proteínas