

Ausolan.

C.E. SAMANIEGO

Basal

Enero

2026

AULA 2 AÑOS

Comida



- Festivo
- 100% Vegetal
- Día especial

Juntos en tu día a día
menuo.ausolan.com

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			1 Festivo	2 Alubias con verduras de temporada Pavo en salsa de verduras Ensalada con iceberg, mango, lombarda y olivas negras Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 509 h.c. 56,5 lip. 18,8 p. 25,3
5 Espirales con atún Tortilla con calabacín Ensalada de lechuga, tomate y apio Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 647 h.c. 63,8 lip. 31,6 p. 26,9	6 Festivo	7 Guacamole casero con nachos Ensalada completa con atún, huevo y crudités Aletría de merluza Fruta de temporada Pan integral Kcal. 452 h.c. 64,5 lip. 14,0 p. 17,3	8 Ensalada de lechuga, col, manzana y zanahoria Alubias con calabaza eco Contramuslo de pollo asado Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 439 h.c. 51,6 lip. 14,3 p. 23,1	9 Ensalada con lechuga, lombarda y pipas en salsa de yogur Patatas tex mex en salsa de queso Solomillo en salsa de manzana y curry con arroz integral Zum de naranja Pan blanco Kcal. 630 h.c. 60,4 lip. 26,3 p. 37,4
12 Ensalada con iceberg, apio y pepinillos Olla gitana Revuelto de huevo con bacon Ensalada de lechuga, tomate y apio Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 372 h.c. 27,4 lip. 24,9 p. 10,8	13 Ensalada con lechuga, maíz y zanahoria Guisado de patata marinero Longanizas Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 509 h.c. 44,7 lip. 28,1 p. 20,2	14 Ensalada de lechuga, espinaca, manzana, apio y lombarda Puré de calabaza y zanahoria Pavo en salsa de ciruela Zum de naranja Pan integral Kcal. 455 h.c. 42,2 lip. 18,8 p. 28,6	15 Ensalada de lechuga, col, manzana y zanahoria Espaguetis con albóndigas en salsa de tomate Nuggets de brócoli y queso Ensalada de lechuga, tomate, aceitunas y zanahoria Yogur natural Pan blanco Kcal. 680 h.c. 69,8 lip. 34,2 p. 21,3	16 Ensalada con lechuga, lombarda y pipas en salsa de yogur Ensalada completa con soja y caballa Arroz caldoso con pollo y verduras Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 451 h.c. 58,8 lip. 18,3 p. 13,0
19 Ensalada con lechuga, piña y remolacha Lentejas con verduras eco Albóndigas de vacuno y cerdo en salsa con jardinera de verduras Ensalada de lechuga, tomate y apio Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 477 h.c. 60,2 lip. 17,7 p. 16,6	20 Caracollitos a la carbonara Filete de atún encebollado en salsa de tomate Yogur natural Pan blanco Kcal. 666 h.c. 69,1 lip. 29,5 p. 29,1	21 Ensalada con lechuga, aguacate, maíz y zanahoria Puré de puerro San Jacobo con patatas Zum de naranja Pan integral Kcal. 565 h.c. 67,3 lip. 27,7 p. 9,6	22 Ensalada de iceberg, apio y lombarda Potaje de garbanzos Contramuslo de pollo asado Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 502 h.c. 63,0 lip. 15,5 p. 25,6	23 Ensalada de lechuga, brotes y zanahoria Sopa de pescado de lonja con arroz Tortilla de queso con arroz integral Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 622 h.c. 60,8 lip. 28,3 p. 32,0
26 Ensalada de lechuga, manzana, lombarda y zanahoria Macarrones integrales gratinados Lomo asado Ensalada de lechuga, tomate y apio Yogur natural Pan blanco Kcal. 564 h.c. 65,5 lip. 20,4 p. 27,9	27 Ensalada de espinacas, manzana y remolacha Hervido de judías con patata y huevo Rabas rebozadas caseras Fruta ecológica Pan blanco Kcal. 420 h.c. 48,7 lip. 16,9 p. 17,7	28 Ensalada mezclum, tomate y aceitunas Sopa de cocido Carne, verdura y garbanzos del cocido Zum de naranja Pan integral Kcal. 517 h.c. 58,8 lip. 19,1 p. 24,8	29 Ensalada con iceberg, zanahoria y pepinillos Arroz con verdura Revuelto de jamón Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 609 h.c. 67,8 lip. 27,0 p. 23,9	30 Ensalada con iceberg, mango, col blanca y aceitunas Lentejas con verduras Hamburguesa de pollo y cerdo a la plancha con arroz integral Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 480 h.c. 62,4 lip. 16,4 p. 19,5