

Ausolan.

C.E. SAMANIEGO

No leche y derivados

Febrero
2026

PRIMARIA-SECUNDARIA

Comida



- Festivo
- 100% Vegetal
- Día especial

Juntos en tu día a día
menuo.ausolan.com

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Ensalada de lechuga, zanahoria y piña Lentejas con calabacín y zanahoria Tortilla francesa con dados de boniato Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 884 h.c. 84,3 lip. 44,0 p. 33,6	3 <u>Ensalada completa con atún y crujiente de cebolla</u> Arroz de marisco Jamoncitos de pollo al horno <u>Yogur de soja natural</u> Pan blanco Kcal. 946 h.c. 100,3 lip. 43,7 p. 34,7	4 <u>Ensalada con lechuga, col lombarda y pipas</u> Potaje de garbanzos Hamburguesa de pollo y cerdo a la plancha en salsa de verdura Zumo de naranja Pan integral Kcal. 987 h.c. 102,3 lip. 47,8 p. 31,6	5 Ensalada de lechuga, tomate y picadillo de variantes <u>Espirales integrales pomodoro</u> Abadejo a la provenzal Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 727 h.c. 96,4 lip. 22,0 p. 32,2	6 <u>Ensalada completa con atún y crudités</u> <u>Puré de zanahoria ecológica</u> Ragú de pavo a la jardinera con daditos de patata Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 611 h.c. 47,4 lip. 29,5 p. 38,6
9 Ensalada mezclum, soja y aceitunas Guisado de merluza con patata y guisantes Revuelto de huevo con champiñones Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 823 h.c. 58,0 lip. 49,1 p. 37,0	10 Ensalada con iceberg, zanahoria y pepinillos Olla gitana <u>Lomo asado dietas</u> Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 373 h.c. 37,4 lip. 15,3 p. 21,9	11 Ensalada de espinacas, manzana y remolacha Caldo de cocido con pelota Carne, verdura y garbanzos del cocido Zumo de naranja Pan integral Kcal. 700 h.c. 76,2 lip. 28,6 p. 31,3	12 Ensalada con lechuga, maíz y zanahoria Arroz meloso de verdura Limanda al horno Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 786 h.c. 105,6 lip. 28,1 p. 27,3	13 Ensalada arcoiris <u>Macarrones con tomate</u> <u>Croquetas de bacalao</u> <u>Tinta dulce vegetal (dietas)</u> Pan blanco Kcal. 959 h.c. 111,9 lip. 41,7 p. 31,3
16 Ensalada de lechuga, zanahoria y col Lentejas caseras Pollo en su jugo con daditos de patata Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 691 h.c. 80,9 lip. 26,7 p. 28,5	17 Tiburones con pisto casero de hortalizas Merluza asada Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 870 h.c. 100,3 lip. 35,7 p. 34,9	18 Ensalada de lechuga, zanahoria y piña Garbanzos con bacalao <u>Calamares a la romana caseros</u> Zumo de naranja Pan integral Kcal. 798 h.c. 95,6 lip. 27,1 p. 38,1	19 Ensalada con lechuga, aguacate, y maíz Hervido de calabacín con huevo Jamón asado casero con guisantes ecológicos salteados Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 784 h.c. 79,6 lip. 34,8 p. 35,4	20 Ensalada de brotes Arroz con habichuelas Tortilla de atún <u>Yogur de soja natural</u> Pan blanco Kcal. 1026 h.c. 100,8 lip. 46,5 p. 45,8
23 Ensalada con lechuga, naranja y maíz Sopa con daditos de verduras casera <u>Tosta casera de atún</u> Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 403 h.c. 56,1 lip. 16,5 p. 7,3	24 Ensalada con iceberg, aguacate, lombarda y olivas negras Arroz a la cubana con huevo duro Longanizas <u>Yogur de soja natural</u> Pan blanco Kcal. 1067 h.c. 92,7 lip. 61,4 p. 33,1	25 Ensalada mezclum, soja y aceitunas Guisado de pollo Gallineta a la andaluza Zumo de naranja Pan integral Kcal. 835 h.c. 82,5 lip. 36,2 p. 42,1	26 Ensalada con remolacha y repollo Alubias blancas estofadas Tortilla de patata Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 629 h.c. 74,4 lip. 24,1 p. 24,1	27 Ensalada de verduras de temporada Crema bretona Papillote de salmón con verduras Fruta ecológica Pan blanco Kcal. 841 h.c. 91,5 lip. 34,0 p. 37,2

(*) Los platos resaltados en subrayado son la alternativa al menú basal.