

Ausolan.

C.E. SAMANIEGO

No frutos secos

Abril
2026

PRIMARIA-SECUNDARIA

Comida



- Festivo
- 100% Vegetal
- Día especial

Juntos en tu día a día
menuo.ausolan.com

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1 Festivo	2 Festivo	3 Festivo
6 Festivo	7 Festivo	8 Festivo	9 Ensalada con brotes de espinacas Lentejas con boniato Pollo en salsa de verduras Yogur artesano Pan blanco Kcal. 841 h.c. 88,9 lip. 35,1 p. 38,0	10 Ensalada tricolor Guisado de patata marinero Burrito de carne Fruta de temporada Pan integral Kcal. 743 h.c. 74,2 lip. 36,4 p. 30,2
13 Ensalada con lechuga, maíz y zanahoria Arroz con tomate Longanizas Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 948 h.c. 122,1 lip. 40,7 p. 23,7	14 Ensalada de lechuga, zanahoria y piña Alubias con verduras de temporada Abadejo en salsa cremosa de calabaza Yogur artesano Pan blanco Kcal. 633 h.c. 74,3 lip. 20,1 p. 33,5	15 Ensalada con lechuga, zanahoria, rabanitos y olivas negras Sopa de estrellas Lomo en salsa de verduras Fruta de temporada Pan integral Kcal. 626 h.c. 83,8 lip. 19,4 p. 26,7	16 Ensalada con brotes de espinacas Hervido de judías con patata y huevo Contramuslo de pollo asado con pisto Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 712 h.c. 75,2 lip. 32,5 p. 28,1	17 Ensalada Cazuela de garbanzos con verduras eco Tortilla con calabacín Fruta de temporada Pan integral Kcal. 649 h.c. 71,1 lip. 28,2 p. 24,4
20 Ensalada con lechuga, remolacha y zanahoria Lentejas con calabaza Tortilla francesa Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 694 h.c. 67,7 lip. 32,5 p. 30,5	21 Ensalada de lechuga, manzana, lombarda y zanahoria Hervido de calabacín con huevo Filete de atún encebollado en salsa de tomate casera Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 723 h.c. 71,5 lip. 30,4 p. 39,5	22 Ensalada con lechuga, zanahoria, rabanitos y olivas negras Sopa de pescado de lonja con arroz Albóndigas de vacuno y cerdo en salsa con jardinera de verduras Fruta ecológica Pan integral Kcal. 877 h.c. 85,0 lip. 45,9 p. 27,4	23 Cuento enredado Leyenda pirata Fábula del guisante <u>Bizcocho de cacao (dietas)</u> Pan blanco Kcal. 872 h.c. 107,5 lip. 39,8 p. 19,1	24 Ensalada de la huerta Crema castellana (puré de garbanzos con patata espinaca, zanahoria, tomate y cebolla) Alitas de pollo Bastones de boniato Fruta de temporada Pan integral Kcal. 676 h.c. 80,0 lip. 25,3 p. 28,7
27 Ensalada mezclum, maíz, remolacha Arroz meloso con magro y verdura Revuelto de huevo con champiñones Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 880 h.c. 108,7 lip. 36,4 p. 29,4	28 Ensalada con iceberg, mango, lombarda y olivas negras Alubias con calabacín y zanahoria Jamoncito de pollo con salsa barbacoa con patata panadera Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 766 h.c. 89,8 lip. 29,2 p. 29,6	29 Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Aletría de merluza Guacamole casero con nachos Yogur artesano Pan integral Kcal. 741 h.c. 104,5 lip. 22,8 p. 27,5	30 Ensalada de lechuga y tomate Garbanzos a la riojana Lomo al romero Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 755 h.c. 76,8 lip. 29,6 p. 42,7	

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