

# Ausolan.

C.E. SAMANIEGO

No lentejas

**Abril**  
**2026**

PRIMARIA-SECUNDARIA

Comida



- Festivo
- 100% Vegetal
- Día especial

Juntos en tu día a día  
[menuo.ausolan.com](http://menuo.ausolan.com)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1 <b>Festivo</b>	2 <b>Festivo</b>	3 <b>Festivo</b>
6 <b>Festivo</b>	7 <b>Festivo</b>	8 <b>Festivo</b>	9 Ensalada con brotes de espinacas <u>Garbanzos con boniato</u> Pollo en salsa de verduras Yogur artesano Pan blanco  <b>Kcal. 861 h.c. 89,1 lip. 37,5 p. 36,8</b>	10 Ensalada tricolor Guisado de patata marinero Burrito de carne Fruta de temporada Pan integral  <b>Kcal. 743 h.c. 74,2 lip. 36,4 p. 30,2</b>
13 Ensalada con lechuga, maíz y zanahoria Arroz con tomate Longanizas Fruta de temporada Pan blanco  <b>Kcal. 948 h.c. 122,1 lip. 40,7 p. 23,7</b>	14 Ensalada de lechuga, zanahoria y piña Alubias con verduras de temporada Abadejo en salsa cremosa de calabaza Yogur artesano Pan blanco  <b>Kcal. 633 h.c. 74,3 lip. 20,1 p. 33,5</b>	15 Ensalada con lechuga, zanahoria, rabanitos y olivas negras Sopa de estrellas Lomo en salsa de verduras Fruta de temporada Pan integral  <b>Kcal. 626 h.c. 83,8 lip. 19,4 p. 26,7</b>	16 Ensalada con brotes de espinacas Hervido de judías con patata y huevo Contramuslo de pollo asado con pisto Fruta de temporada Pan blanco  <b>Kcal. 712 h.c. 75,2 lip. 32,5 p. 28,1</b>	17 Ensalada Cazuela de garbanzos con verduras eco Tortilla con calabacín Fruta de temporada Pan integral  <b>Kcal. 649 h.c. 71,1 lip. 28,2 p. 24,4</b>
20 Ensalada con lechuga, remolacha y zanahoria <u>Alubias con calabaza eco</u> Tortilla francesa Fruta de temporada Pan blanco  <b>Kcal. 714 h.c. 69,3 lip. 33,1 p. 30,1</b>	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  <b>Kcal. 723 h.c. 71,5 lip. 30,4 p. 39,5</b>	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  <b>Kcal. 877 h.c. 85,0 lip. 45,9 p. 27,4</b>	23 Cuento enredado Leyenda pirata Fábula del guisante Poema al viento Pan blanco  <b>Kcal. 887 h.c. 108,7 lip. 40,0 p. 20,6</b>	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  <b>Kcal. 676 h.c. 80,0 lip. 25,3 p. 28,7</b>
27 Ensalada mezclum, maíz, remolacha Arroz meloso con magro y verdura Revuelto de huevo con champiñones Fruta de temporada Pan blanco  <b>Kcal. 880 h.c. 108,7 lip. 36,4 p. 29,4</b>	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  <b>Kcal. 766 h.c. 89,8 lip. 29,2 p. 29,6</b>	29 Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Aletría de merluza Guacamole casero con nachos Yogur artesano Pan integral  <b>Kcal. 741 h.c. 104,5 lip. 22,8 p. 27,5</b>	30 Ensalada de lechuga y tomate Garbanzos a la riojana Lomo al romero Fruta de temporada Pan blanco  <b>Kcal. 755 h.c. 76,8 lip. 29,6 p. 42,7</b>	

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