Ausolan.

Octubre 2026

Triturada

C.E. SAMANIEGO

AULA 2 AÑOS

Comida

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			1 Triturado de atún con pasta y verduras Yogur artesano natural Kcal. 281 h.c. 16,7 lip. 15,2 p. 19,0	2 Triturado de huevo con arroz y coliflor Triturado de fruta de temporada Kcal. 228 h.c. 22,0 lip. 11,3 p. 8,7
5 Triturado de fogonero con patata, judías verdes, zanahoria y cebolla Triturado de fruta de temporada Kcal. 192 h.c. 18,6 lip. 6,4 p. 13,7	6 Triturado de lentejas con carne y verduras Triturado de fruta de temporada Kcal. 262 h.c. 28,7 lip. 8,4 p. 15,2	7 Triturado de huevo con arroz y coliflor Fruta tolerada Kcal. 172 h.c. 13,5 lip. 9,9 p. 6,9	8 Triturado de pollo, ternera, garbanzos, zanahoria y judías verdes Yogur artesano natural Kcal. 220 h.c. 20,5 lip. 9,9 p. 10,1	9 Triturado de legumbre, con huevo y verduras Triturado de fruta de temporada Kcal. 226 h.c. 25,0 lip. 8,6 p. 10,1
12 **Festivo**	13 Triturado de legumbre, con huevo y verduras Triturado de fruta de temporada Kcal. 226 h.c. 25,0 lip. 8,6 p. 10,1	14 Triturado de pollo con pasta y verdura Triturado de fruta de temporada Kcal. 176 h.c. 20,8 lip. 6,7 p. 7,1	15 Trtiturado de merluza con patata, judías verdes y zanahoria Yogur artesano Kcal. 239 h.c. 27,9 lip. 8,1 p. 13,2	16 Triturado de huevo con lentejas y verduras Triturado de fruta de temporada Kcal. 226 h.c. 25,0 lip. 8,6 p. 10,1
19 Triturado de cerdo con patata y zanahoria Triturado de fruta de temporada Kcal. 200 h.c. 19,2 lip. 7,6 p. 12,5	20 Triturado de legumbre, con huevo y verduras Triturado de fruta de temporada Kcal. 226 h.c. 25,0 lip. 8,6 p. 10,1	21 Triturado de pollo con patata y zanahoria Triturado de fruta de temporada Kcal. 200 h.c. 19,2 lip. 7,6 p. 12,2	22 Triturado de abadejo con lentejas y verdura Yogur artesano natural Kcal. 218 h.c. 20,0 lip. 8,0 p. 15,2	23 Triturado de cerdo con arroz y verduras Triturado de fruta de temporada Kcal. 155 h.c. 17,0 lip. 5,4 p. 8,8
26 Triturado de lentejas con carne y verduras Triturado de fruta de temporada Kcal. 262 h.c. 28,7 lip. 8,4 p. 15,2	27 Triturado de huevo con patata y verduras Triturado de fruta de temporada Kcal. 215 h.c. 18,1 lip. 11,3 p. 8,9	28 Triturado de pollo con garbanzos y verdura Triturado de fruta de temporada Kcal. 216 h.c. 23,2 lip. 7,9 p. 11,1	29 Triturado de atún con pasta y verduras Triturado de fruta de temporada Kcal. 275 h.c. 20,5 lip. 13,3 p. 17,3	30 Triturado de pescado con arroz y verdura Mousse de yogur con sirope de fresa Kcal. 665 h.c. 49,1 lip. 46,2 p. 12,9

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



Festivo · 100% Vegetal · Día especial · Recomendaciones de cenas

menuo.ausolan.com

Escolar-mes5-1opc-C-entrante-canas