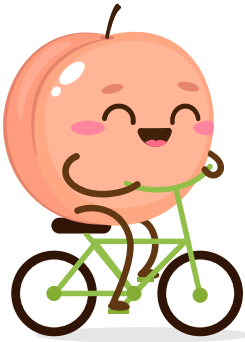
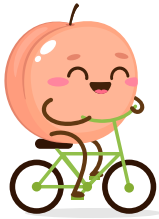
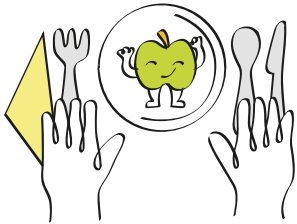


# Menú Escolar ISP

Marzo  
2026

Ausolan.

| Lunes                                                                                                                         | Martes                                                                                                                                | Miércoles                                                                                                                                    | Jueves                                                                                                                                          | Viernes                                                                                                                                  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>2</b> Prt. 17 HC. 106 Lip. 27 Koal. 727<br><br>Coliflor gratinada<br>Tortilla de patata con lechuga<br>Fruta del tiempo    | <b>3</b> Prt. 33 HC. 114 Lip. 20 Koal. 646<br><br>Alubias pintas con calabaza<br>Lomo adobado con champiñones asados<br>Yogur natural | <b>4</b> Prt. 26 HC. 109 Lip. 28 Koal. 662<br><br>Patatas a la riojana<br>Merluza al horno con refrito de ajos y lechuga<br>Fruta del tiempo | <b>5</b> Prt. 30 HC. 84 Lip. 23 Kcal. 722<br><br>Sopa de lluvia<br>Escalope de pollo guisado con verduras<br>Yogur de sabores                   | <b>6</b> Prt. 21 HC. 127 Lip. 23 Koal. 656<br><br>Lentejas estofadas<br>Empanadillas de atún con ensalada de tomate<br>Fruta del tiempo  |
| <b>9</b> Prt. 23 HC. 95 Lip. 25 Koal. 678<br><br>Menestra de verduras<br>Albóndigas mixtas a la campesina<br>Fruta del tiempo | <b>10</b> Prt. 26 HC. 128 Lip. 25 Koal. 717<br><br>Garbanzos estofados<br>Tortilla de patata<br>Yogur natural                         | <b>11</b> Prt. 23 HC. 86 Lip. 16 Koal. 587<br><br>Patatas guisadas<br>Filete de jamón en salsa de zanahoria<br>Fruta del tiempo              | <b>12</b> Prt. 31 HC. 118 Lip. 18 Koal. 734<br><br>Arroz con sofrito casero de tomate<br>Muslo de pollo asado al chilindrón<br>Yogur de sabores | <b>13</b> Prt. 29 HC. 119 Lip. 27 Koal. 710<br><br>Alubias blancas con hortalizas<br>Merluza a la romana con lechuga<br>Fruta del tiempo |
| <b>16</b> Prt. 13 HC. 123 Lip. 10 Koal. 501<br><br>Judías verdes al ajo arriero<br>Canelones gratinados<br>Fruta del tiempo   | <b>17</b> Prt. 29 HC. 101 Lip. 27 Koal. 756<br><br>Lentejas estofadas<br>Lomo sajonia con piperrada<br>Fruta del tiempo               | <b>18</b> Prt. 31 HC. 105 Lip. 28 Koal. 864<br><br>Patatas a la marinera<br>Magro estofado en salsa de tomate<br>Yogur de sabores            | <b>19</b> Prt. 22 HC. 103 Lip. 29 Koal. 620<br><br>Caracolillos con tomate<br>Tortilla francesa con loncha de queso<br>Fruta del tiempo         | <b>20</b> Prt. 35 HC. 119 Lip. 23 Koal. 692<br><br>Alubias pintas estofadas<br>Abadejo al horno con patata panadera<br>Vaso de leche     |
| <b>23</b> Prt. 33 HC. 119 Lip. 30 Koal. 764<br><br>Lentejas guisadas<br>Merluza empanada con lechuga<br>Yogur de sabores      | <b>24</b> JORNADA ALEMANA<br><br>Puré de patata y puerro<br>Codillo asado con repollo<br>Tarta de manzana                             | <b>25</b> Prt. 33 HC. 134 Lip. 22 Koal. 826<br><br>Sopa de fideos<br>Garbanzos con sacramentos<br>Fruta del tiempo                           | <b>26</b> Prt. 28 HC. 79 Lip. 14 Koal. 598<br><br>Crema de calabacín<br>Bacalao en salsa de tomate<br>Yogur líquido                             |                                                                                                                                          |



\* En el comedor se sirven las cantidades acordes a la edad de los niños, lo cual modifica la calibración de cada franja de edad ajustándose así a sus necesidades (para rango de edad entre 3 y 8 años corresponden a un 80% de la calibración indicada). El menú incluye agua y pan.  
Estos menús han sido revisados y aprobados por la dietista-nutricionista colegiada CYLOO059. Por causa de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú.  
E: Valor energético · G: Grasas · HC: Hidratos de carbono · P: Proteínas