



mayo
2024

Ausolan.

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
		1 Fiesta	2 Ensalada de arroz con atun Lomo de cerdo fresco empanado Tomate fresco Vasito de helado Pan integral Kcal. 957 h.c. 93 lip. 50 p. 39	3 Lentejas Canelones de carne Fruta Pan Kcal. 885 h.c. 117 lip. 33 p. 36
6 Marmitako Guisado de ternera Verduras Fruta Pan Kcal. 725 h.c. 92 lip. 18 p. 53	7 Sopa de ave y cocido con estrellas Albondigas en salsa Champiñones Fruta Pan Kcal. 726 h.c. 72 lip. 34 p. 35	8 Pure de calabaza Alitas de pollo al ajillo Patatas chips Fruta Pan Kcal. 754 h.c. 77 lip. 38 p. 29	9 Alubias blancas Merluza fresca a la romana Ensalada cuatro estaciones Actimel Pan integral Kcal. 786 h.c. 87 lip. 33 p. 40	10 Paella de pollo Tortilla de bacalao y patatas Lechuga Fruta Pan Kcal. 823 h.c. 111 lip. 34 p. 26
13 Menestra de verduras con patatas Filete de ternera empanado Pimientos rojos Fruta Pan Kcal. 709 h.c. 76 lip. 30 p. 35	14 Alubias pintas Guisado de pavo con zanahorias Fruta Pan Kcal. 662 h.c. 91 lip. 13 p. 49	15 Paella vegetal Bacalao a la romana Lechuga Fruta Pan Kcal. 906 h.c. 111 lip. 34 p. 46	16 Ensalada de pasta sin gluten Filete de merluza a la romana Tomate fresco Natilla de vainilla Pan integral Kcal. 833 h.c. 80 lip. 45 p. 30	17 Pure de zanahoria Macarrones ecológicos con tomate Fruta Pan Kcal. 784 h.c. 128 lip. 22 p. 20
20 Judias verdes con tomate gratinadas Lomo de cerdo adobado en salsa de queso Champiñones Fruta Pan Kcal. 866 h.c. 89 lip. 41 p. 40	21 Lentejas Granadero empanado Limon Fruta Pan Kcal. 709 h.c. 102 lip. 19 p. 36	22 Patatas en salsa verde Filete de pollo empanado Lechuga Vasito de helado Pan Kcal. 737 h.c. 83 lip. 29 p. 41	23 Espirales napolitana Lomo de merluza en salsa verde con guisantes Fruta Pan integral Kcal. 815 h.c. 110 lip. 28 p. 37	24 Alubias blancas Tortilla de jamon cocido y patatas Tomate fresco Fruta Pan Kcal. 822 h.c. 103 lip. 31 p. 39
27 Sopa de ave y cocido con estrellas Zancarron de ternera con piperrada Yogur Pan Kcal. 630 h.c. 71 lip. 17 p. 51	28 Coliflor con patatas Croquetas Tomate fresco Fruta Pan Kcal. 802 h.c. 102 lip. 38 p. 18	29 Arroz con tomate Tortilla de patatas y chorizo Lechuga Fruta Pan Kcal. 845 h.c. 130 lip. 27 p. 29	30 Garbanzos con espinacas Filete de merluza al horno Mahonesa Fruta Pan integral Kcal. 724 h.c. 79 lip. 32 p. 34	31 Ensalada de pasta vegetariana Muslo de pollo asado Patatas fritas Fruta Pan Kcal. 791 h.c. 105 lip. 29 p. 34



Proyecto Educativo



Massana Impulsa



Recomendaciones nutricionales



Innova recetas



Iconografía

Juntos en tu día a día