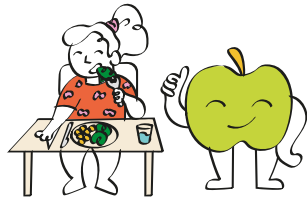
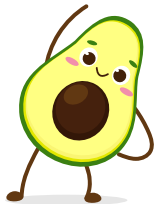


Menú Escolar LF

Febrero
2026

Ausolan.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<div>2</div> <div>Prt. 36 HC. 103 Lip. 30 Col. 27 IPL. 16 F. 9 Sal. 1,12 KCal. 856</div> <div>Menestra de verduras Canelones con bechamel Yogur de sabores</div> <div>9</div> <div>Prt. 25 HC. 120 Lip. 30 Col. 22 IPL. 15 F. 8 Sal. 0,63 KCal. 766</div> <div>Macarrones con tomate y calabacín San marino con lechuga Fruta del tiempo</div>	<div>3</div> <div>Prt. 34 HC. 119 Lip. 25 Col. 18 IPL. 17 F. 15 Sal. 1,06 KCal. 683</div> <div>Garbanzos con zanahoria Abadejo a la romana con lechuga Fruta del tiempo</div> <div>10</div> <div>Prt. 25 HC. 87 Lip. 23 Col. 26 IPL. 10 F. 8 Sal. 0,86 KCal. 636</div> <div>Judías verdes con sofrito de tomate Huevos con tomate y salchichas Yogur natural</div>	<div>4</div> <div>Prt. 20 HC. 80 Lip. 21 Col. 22 IPL. 10 F. 9 Sal. 0,79 KCal. 591</div> <div>Puré de la huerta Filete ruso con champiñones Fruta del tiempo</div> <div>11</div> <div>Prt. 28 HC. 110 Lip. 23 Col. 18 IPL. 12 F. 14 Sal. 0,67 KCal. 645</div> <div>Alubias blancas con hortalizas Merluza en salsa americana Fruta del tiempo</div>	<div>5</div> <div>Prt. 22 HC. 138 Lip. 23 Col. 20 IPL. 13 F. 4 Sal. 0,50 KCal. 707</div> <div>Arroz blanco con tomate Merluza empanada con lechuga Yogur natural</div> <div>12</div> <div>Prt. 34 HC. 81 Lip. 19 Col. 20 IPL. 12 F. 10 Sal. 0,64 KCal. 653</div> <div>Crema de calabaza, espinacas y zanahorias Contramuslo de pollo asado al limón Yogur de sabores</div>	<div>6</div> <div>Prt. 23 HC. 117 Lip. 27 Col. 23 IPL. 12 F. 14 Sal. 0,54 KCal. 660</div> <div>Lentejas guisadas con verduras Tortilla de patata con salsa de tomate Fruta del tiempo</div> <div>13</div> <div>Prt. 33 HC. 134 Lip. 22 Col. 21 IPL. 7 F. 15 Sal. 1,25 KCal. 826</div> <div>Sopa de fideos Garbanzos con sacramentos Fruta del tiempo</div>
<div>16</div> <div>FESTIVO</div>	<div>17</div> <div>FESTIVO</div>	<div>18</div> <div>Prt. 19 HC. 114 Lip. 24 Col. 23 IPL. 11 F. 6 Sal. 0,49 KCal. 624</div> <div>Arroz con verduras Tortilla francesa con lechuga Fruta del tiempo</div>	<div>19</div> <div>Prt. 31 HC. 121 Lip. 24 Col. 24 IPL. 13 F. 12 Sal. 1,54 KCal. 756</div> <div>Garbanzos estofados Filete ruso en salsa campesina Yogur de sabores</div>	<div>20</div> <div>Prt. 27 HC. 84 Lip. 25 Col. 18 IPL. 11 F. 13 Sal. 0,44 KCal. 586</div> <div>Crema de calabacín Abadejo a la romana con lechuga Fruta del tiempo</div>
<div>23</div> <div>Prt. 3 HC. 35 Lip. 1 Col. 0 IPL. 2 F. 1 Sal. 0,32 KCal. 90</div> <div>Menestra de verduras Jamón de cerdo en salsa de manzana Fruta del tiempo</div>	<div>24</div> <div>Prt. 3 HC. 35 Lip. 1 Col. 0 IPL. 2 F. 1 Sal. 0,32 KCal. 90</div> <div>Macarrones con boloñesa vegetal Tortilla de patata con lechuga Fruta del tiempo</div>	<div>25</div> <div>Prt. 19 HC. 114 Lip. 24 Col. 23 IPL. 11 F. 6 Sal. 0,49 KCal. 624</div> <div>Alubias pintas guisadas Pollo asado al romero Yogur de sabores</div>	<div>26</div> <div>Prt. 31 HC. 121 Lip. 24 Col. 24 IPL. 13 F. 12 Sal. 1,54 KCal. 756</div> <div>Ensalada Caldereta con costilla y picadillo Fruta del tiempo</div>	<div>27</div> <div>Prt. 27 HC. 84 Lip. 25 Col. 18 IPL. 11 F. 13 Sal. 0,44 KCal. 586</div> <div>Lentejas con zanahoria Albóndigas de merluza en salsa marinera Yogur natural</div>



* 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 · Col: Colesterol · IPL: Índice de perfil lipídico · HC: Hidratos de carbono · Fib: Fibra · P: Proteínas · S: Sal

