

Lunes Monday	Martes Tuesday	Miércoles Wednesday	Jueves Thursday	Viernes Friday
-----------------	-------------------	------------------------	--------------------	-------------------



**CLICA** para saber mucho más

<p><b>5</b> E 579 / G 24 / Col.55 / IPL.15 HC.91 / Fib.17 / P 185 / Sal 2</p> <p><b>Macarrones con sofrito de tomate y orégano</b> <b>Lomo de sajonia con pimientos</b> <b>Fruta del tiempo</b></p> <p>Macaroni with tomato sauce and oregano Saxony loin with peppers Fruit</p>	<p><b>6</b> E 659 / G 24 / Col.72 / IPL.19 HC.73 / Fib.14 / P 42 / Sal 2</p> <p><b>Alubias pintas con puerros</b> <b>Albóndigas de pescado a la jardinera</b> <b>Yogur natural</b></p> <p>Pinto beans with leeks Fish meatballs in vegetable sauce Natural yogurt</p>	<p><b>7</b> E 477 / G 12 / Col.55 / IPL.23 HC.45 / Fib.30 / P 43 / Sal 2</p> <p><b>Puré de la huerta</b> <b>Pollo asado al romero</b> <b>Fruta del tiempo</b></p> <p>Vegetable cream Rosemary roast chicken Fruit</p>	<p><b>8</b> E 578 / G 32 / Col.136 / IPL.15 HC.60 / Fib.43 / P 520 / Sal 2</p> <p><b>Lentejas con calabacín</b> <b>Limanda a la romana con lechuga</b> <b>Fruta del tiempo</b></p> <p>Lentils with zucchini Breaded dab with lettuce Fruit</p>	<p><b>9</b> E 611 / G 14 / Col.248 / IPL.15 HC.62 / Fib.8 / P 28 / Sal 3</p> <p><b>Judías verdes salteadas</b> <b>Tortilla de patata y chorizo con lechuga</b> <b>Yogur de sabores</b></p> <p>Sautéed green beans Spanish omelette with red sausage and lettuce Yogurt</p>
--	---	---	--	--

<p><b>12</b></p> <p><b>13</b></p> <p><b>fiesta</b></p>	<p><b>14</b> E 657 / G 16 / Col.53 / IPL.15 HC.41 / Fib.60 / P 50 / Sal 3</p> <p><b>Arroz con tomate</b> <b>Filete ruso en salsa de cebolla</b> <b>Fruta del tiempo</b></p> <p>Rice with tomato sauce Hamburger in onion sauce Fruit</p>	<p><b>15</b> E 626 / G 27 / Col.73 / IPL.12 HC.59 / Fib.40 / P 46 / Sal 3</p> <p><b>Sopa de fideos</b> <b>Garbanzos con chorizo y morcillo</b> <b>Fruta del tiempo</b></p> <p>Stewed chickpeas Fresh red sausage and black pudding Fruit</p>	<p><b>16</b> E 578 / G 20 / Col.94 / IPL.21 HC.59 / Fib.42 / P 416 / Sal 2</p> <p><b>Crema de zanahorias</b> <b>Merluza en salsa marinera</b> <b>Yogur de sabores</b></p> <p>Carrot cream Hake in sea style sauce Yogurt</p>
--	--	--	--

<p><b>19</b> E 553 / G 29 / Col.89 / IPL.26 HC.69 / Fib.49 / P 394 / Sal 2</p> <p><b>Menestra de verduras</b> <b>Pechuga de pavo en salsa</b> <b>Yogur de sabores</b></p> <p>Mixed vegetables Turkey breast in sauce Yogurt</p>	<p><b>20</b> E 590 / G 24 / Col.80 / IPL.12 HC.52 / Fib.40 / P 352 / Sal 1</p> <p><b>Lentejas estofadas</b> <b>Merluza en salsa roja</b> <b>Fruta del tiempo</b></p> <p>Stewed lentils with vegetables Hake in red sauce Fruit</p>	<p><b>21</b> E 579 / G 13 / Col.98 / IPL.21 HC.39 / Fib.14 / P 53 / Sal 2</p> <p><b>Sopa de fideos</b> <b>Escalope de pollo con champiñones</b> <b>Yogur natural</b></p> <p>Noodle soup Chicken escalope with mushrooms Natural yogurt</p>	<p><b>22</b> E 680 / G 17 / Col.3 / IPL.24 HC.103 / Fib.20 / P 25 / Sal 2</p> <p><b>Alubias blancas a la hortelana</b> <b>Tortilla de patata con lechuga</b> <b>Fruta del tiempo</b></p> <p>White beans with vegetables Spanish omelette with lettuce Fruit</p>	<p><b>23</b> E 621 / G 20 / Col.80 / IPL.11 HC.83 / Fib.8 / P 33 / Sal 2</p> <p><b>Espaguetis con pisto</b> <b>Merluza en salsa verde</b> <b>Fruta del tiempo</b></p> <p>Spaghetti with vegetables Hake in green sauce Fruit</p>
---	--	--	---	--

<p><b>26</b> E 697 / G 11 / Col.231 / IPL.14 HC.52 / Fib.63 / P 306 / Sal 2</p> <p><b>Paella de verduras</b> <b>Tortilla de patata y chorizo con lechuga</b> <b>Fruta del tiempo</b></p> <p>Vegetables paella Spanish omelette with red sausage and lettuce Fruit</p>	<p><b>27</b> E 630 / G 23 / Col.159 / IPL.26 HC.50 / Fib.27 / P 217 / Sal 4</p> <p><b>Crema de la huerta</b> <b>San jacobos con lechuga</b> <b>Yogur de sabores</b></p> <p>Vegetable cream Breaded ham and cheese with lettuce Yogurt</p>	<p><b>28</b> E 588 / G 21 / Col.80 / IPL.24 HC.52 / Fib.39 / P 335 / Sal 1</p> <p><b>Alubias pintas guisadas con calabaza</b> <b>Merluza en salsa americana</b> <b>Fruta del tiempo</b></p> <p>Stewed pinto beans with pumpkin Hake with American sauce Fruit</p>	<p><b>29</b> E 622 / G 30 / Col.81 / IPL.17 HC.71 / Fib.17 / P 46 / Sal 2</p> <p><b>Judías verdes con sofrito de tomate</b> <b>Estofado de cerdo con patatas dado</b> <b>Yogur natural</b></p> <p>Green beans with tomato sauce Pork stew with diced potatoes Natural yogurt</p>
---	---	---	--



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 un 80% de la calibración indicada).

El menú incluye agua y pan. Estos menús han sido revisados y aprobados por la Técnico Superior en Dietética, Sonia Cruz. 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

The portion served in the dining room adjusts to childrens age ranges according to their needs (ages between 3 and 8 are 80% of the nutrition facts).

The menu includes water and bread. These menus have been checked and approved by professionals in human Nutrition and dietetics (Sonia Cruz). Ausolan may change the menu due to reasons of force majeure.

E: energetic value · G: fats · Col: cholesterol · IPL: lipid profile index · HC: carbohydrates · Fib: fiber · P: protein