

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



E 516 / G 18 / Col.80 / IPL.23  
HC.98 / Fib.25 / P 237 / Sal 2

**Coditos con tomate**  
**Medallón de merluza en salsa de calabacín**  
**Fruta del tiempo**

Elbows pasta with tomato  
Hake medallion in zucchini sauce  
Fruit

E 697 / G 26 / Col.67 / IPL.19  
HC.65 / Fib.10 / P 58 / Sal 4

**Alubias pintas guisadas con calabaza**  
**Hamburguesa en salsa de tomate**  
**Yogur de sabores**

Stewed pinto beans with pumpkin  
Hamburger with tomato sauce  
Yogurt

E 531 / G 35 / Col.127 / IPL.17  
HC.45 / Fib.11 / P 197 / Sal 2

**Crema de zanahorias**  
**Lomo sajonia al horno con champiñones**  
**Fruta del tiempo**

Carrot cream  
Baked Saxony loin with mushrooms  
Fruit

E 552 / G 29 / Col.145 / IPL.14  
HC.61 / Fib.46 / P 356 / Sal 2

**Lentejas estofadas**  
**Merluza a la romana con lechuga**  
**Fruta del tiempo**

Lentils with vegetables  
Hake in batter with lettuce  
Fruit

E 611 / G 14 / Col.61 / IPL.19  
HC.82 / Fib.61 / P 28 / Sal 2

**Arroz a la milanese**  
**Pechuga de pollo en salsa de naranja**  
**Yogur natural**

Milanese rice  
Chicken breast in orange sauce  
Natural yogurt

E 654 / G 24 / Col.92 / IPL.13  
HC.63 / Fib.8 / P 55 / Sal 1

**Alubias blancas con zanahorias**  
**Bacalao en salsa verde**  
**Fruta del tiempo**

White beans with carrots  
Cod in green sauce  
Fruit

E 511 / G 18 / Col.245 / IPL.19  
HC.52 / Fib.17 / P 29 / Sal 3

**Menestra de verduras**  
**Huevos cocidos con salchichas**  
**Lácteo**

Mixed vegetables  
Boiled eggs and sausages  
Dairy

E 626 / G 19 / Col.149 / IPL.15  
HC.74 / Fib.7 / P 51 / Sal 2

**Coliflor con patatas**  
**Pollo asado al limón**  
**Yogur de sabores**

Cauliflower with potatoes  
Roast chicken lemon  
Yogurt

E 622 / G 17 / Col.59 / IPL.15  
HC.84 / Fib.13 / P 38 / Sal 1

**Garbanzos con verduras**  
**Tortilla de patata y chorizo con lechuga**  
**Fruta del tiempo**

Chickpeas with vegetables  
Spanish omelette with red sausage and lettuce  
Fruit

E 593 / G 16 / Col.84 / IPL.12  
HC.98 / Fib.9 / P 54 / Sal 3

**Macarrones con boloñesa vegetal**  
**Merluza en salsa roja**  
**Fruta del tiempo**

Macaroni with vegetable Bolognese  
Hake in red sauce  
Fruit

E 612 / G 20 / Col.71 / IPL.20  
HC.61 / Fib.38 / P 37 / Sal 2

**Patatas estofadas**  
**Estofado de cerdo con champiñones**  
**Yogur natural**

Stewed potatoes  
Pork stew with mushrooms  
Natural yogurt

E 593 / G 24 / Col.48 / IPL.12  
HC.60 / Fib.49 / P 233 / Sal 1

**Alubias pintas guisadas**  
**Medallón de merluza en salsa de verduras**  
**Fruta del tiempo**

Stewed pinto beans  
Hake in vegetables sauce  
Fruit

E 606 / G 34 / Col.76 / IPL.13  
HC.50 / Fib.15 / P 33 / Sal 3

**Lentejas con calabaza**  
**Tortilla de patata con lechuga**  
**Fruta del tiempo**

Lentils with pumpkin  
Spanish omelette with lettuce  
Fruit

E 503 / G 22 / Col.154 / IPL.10  
HC.74 / Fib.8 / P 39 / Sal 1

**Arroz blanco con tomate**  
**Bacalao a la riojana**  
**Fruta del tiempo**

White rice with tomato  
Cod in Riojana sauce  
Fruit

E 541 / G 13 / Col.81 / IPL.22  
HC.61 / Fib.15 / P 58 / Sal 2

**Sopa de fideos**  
**Lomo adobado horneado con patata panadera**  
**Yogur de sabores**

Noodle soup  
Roast marinated tenderloin with potatoes  
Yogurt

E 615 / G 21 / Col.80 / IPL.15  
HC.76 / Fib.25 / P 255 / Sal 1

**Alubias blancas con puerros**  
**Merluza en salsa marinera**  
**Fruta del tiempo**

White beans with leeks  
Hake in sea style sauce  
Fruit

E 498 / G 16 / Col.58 / IPL.21  
HC.61 / Fib.8 / P 31 / Sal 4

**Crema de calabacín**  
**Albóndigas mixtas a la campesina**  
**Yogur natural**

Zucchini cream  
Mixed meatballs in vegetables sauce  
Natural yogurt

E 542 / G 17 / Col.35 / IPL.17  
HC.66 / Fib.9 / P 31 / Sal 3

**Judías verdes salteadas**  
**San jacobos con lechuga**  
**Yogur de sabores**

Sautéed green beans  
Breaded ham and cheese with lettuce  
Yogurt

E 553 / G 16 / Col.45 / IPL.13  
HC.65 / Fib.41 / P 335 / Sal 2

**Alubias pintas con zanahorias**  
**Tortilla de patata y chorizo con lechuga**  
**Fruta del tiempo**

Stewed pinto beans with carrots  
Spanish omelette with red sausage and lettuce  
Fruit

E 560 / G 14 / Col.140 / IPL.23  
HC.73 / Fib.55 / P 561 / Sal 3

**Espaguetis con tomate y calabacín**  
**Merluza en salsa americana**  
**Fruta del tiempo**

Spaghetti with tomato and zucchini  
Hake with American sauce  
Fruit

E 558 / G 23 / Col.100 / IPL.12  
HC.67 / Fib.9 / P 50 / Sal 1

**Cocido completo: garbanzos con sacramentos**  
**Fruta del tiempo**

Stew broth: chickpeas with stew meat  
Fruit



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