

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



**fiesta**

|  |   |  |  |  |
|--|---|--|--|--|
| <p><b>6</b> E 609 / G 26 / Col.136 / IPL.24<br/>HC.80 / Fib.58 / P 564 / Sal 2</p> <p><b>Espaguetis con tomate y berenjena</b><br/>Limanda a la andaluza con lechuga<br/>Fruta del tiempo</p> <p>Spaghetti with tomato and eggplant<br/>Breaded dab with lettuce<br/>Fruit</p> | <p><b>7</b> E 755 / G 30 / Col.128 / IPL.17<br/>HC.69 / Fib.22 / P 65 / Sal 1</p> <p><b>Sopa de fideos</b><br/>Cocido completo: garbanzos con sacramentos<br/>Fruta del tiempo</p> <p>Noodle soup<br/>Stew broth: chickpeas with stew meat<br/>Fruit</p>                  | <p><b>8</b> E 556 / G 24 / Col.88 / IPL.24<br/>HC.57 / Fib.8 / P 36 / Sal 3</p> <p><b>Crema de calabacín</b><br/>Filete de jamón de cerdo empanado con pimientos<br/>Helado</p> <p>Zucchini cream<br/>Breaded pork steak with peppers<br/>Ice cream</p>                    | <p><b>9</b> E 487 / G 18 / Col.80 / IPL.11<br/>HC.71 / Fib.22 / P 240 / Sal 2</p> <p><b>Patatas estofadas</b><br/>Merluza en salsa de verduras<br/>Fruta del tiempo</p> <p>Stewed potatoes<br/>Hake in vegetables sauce<br/>Fruit</p>                                | <p><b>10</b> E 595 / G 19 / Col.28 / IPL.19<br/>HC.77 / Fib.17 / P 32 / Sal 2</p> <p><b>Arroz salteado con verduras y pollo</b><br/>Ensalada de lechuga<br/>Fruta del tiempo</p> <p>Vegetables paella with chicken<br/>Lettuce salad<br/>Fruit</p>           |
| <p><b>13</b> E 659 / G 25 / Col.76 / IPL.36<br/>HC.53 / Fib.18 / P 235 / Sal 4</p> <p><b>Judías verdes con patatas</b><br/>Hamburguesa en salsa de tomate<br/>Yogur de sabores</p> <p>Green beans with potatoes<br/>Hamburger with tomato sauce<br/>Yogurt</p>                 | <p><b>14</b> E 641 / G 31 / Col.145 / IPL.21<br/>HC.51 / Fib.40 / P 354 / Sal 6</p> <p><b>Lentejas con verduras</b><br/>Varitas de pescado con lechuga<br/>Fruta del tiempo</p> <p>Lentils with vegetables<br/>Fish sticks with lettuce<br/>Fruit</p>                     | <p><b>15</b> E 536 / G 25 / Col.407 / IPL.50<br/>HC.53 / Fib.14 / P 50 / Sal 3</p> <p><b>Crema de calabaza y zanahoria</b><br/>Huevos con tomate y salchichas<br/>Fruta del tiempo</p> <p>Pumpkin and carrots cream<br/>Boiled eggs with tomato and sausages<br/>Fruit</p> | <p><b>16</b> E 688 / G 24 / Col.99 / IPL.18<br/>HC.70 / Fib.9 / P 57 / Sal 2</p> <p><b>Garbanzos con verduras</b><br/>Merluza a la gallega<br/>Yogur natural</p> <p>Chickpeas with vegetable<br/>Galician hake<br/>Natural yogurt</p>                                | <p><b>17</b> E 531 / G 13 / Col.167 / IPL.12<br/>HC.59 / Fib.5 / P 38 / Sal 1</p> <p><b>Arroz blanco con tomate</b><br/>Escalope de pollo con verduras<br/>Fruta del tiempo</p> <p>White rice with tomato<br/>Chicken escalope with vegetables<br/>Fruit</p> |
| <p><b>20</b> E 598 / G 23 / Col.104 / IPL.16<br/>HC.56 / Fib.28 / P 53 / Sal 1</p> <p><b>Sopa de fideos</b><br/>Lomo de cerdo empanado con pimientos<br/>Fruta del tiempo</p> <p>Noodle soup<br/>Breaded pork loin with peppers<br/>Fruit</p>                                  | <p><b>21</b> E 518 / G 17 / Col.28 / IPL.15<br/>HC.55 / Fib.38 / P 196 / Sal 3</p> <p><b>Puré de la huerta</b><br/>Tortilla de patata con lechuga<br/>Yogur natural</p> <p>Vegetable cream<br/>Spanish omelette with lettuce<br/>Natural yogurt</p>                       | <p><b>22</b> E 653 / G 23 / Col.164 / IPL.15<br/>HC.68 / Fib.10 / P 47 / Sal 2</p> <p><b>Alubias blancas con calabaza</b><br/>Limanda a la romana con mahonesa<br/>Fruta del tiempo</p> <p>Stewed white beans with pumpkin<br/>Breaded dab with mayonnaise<br/>Fruit</p>   | <p><b>23</b> E 557 / G 32 / Col.97 / IPL.12<br/>HC.67 / Fib.24 / P 402 / Sal 2</p> <p><b>Menestra de verduras</b><br/>Pechuga de pavo en salsa<br/>Helado</p> <p>Mixed vegetables<br/>Turkey breast in sauce<br/>Ice cream</p>                                       | <p><b>24</b> E 596 / G 25 / Col.55 / IPL.15<br/>HC.53 / Fib.46 / P 57 / Sal 1</p> <p><b>Garbanzos estofados</b><br/>Merluza en salsa de calabacín<br/>Fruta del tiempo</p> <p>Stewed chickpeas<br/>Hake in zucchini sauce<br/>Fruit</p>                      |
| <p><b>27</b> E 602 / G 14 / Col.53 / IPL.11<br/>HC.88 / Fib.10 / P 43 / Sal 2</p> <p><b>Lentejas con zanahoria</b><br/>Albóndigas mixtas a la campesina<br/>Fruta del tiempo</p> <p>Lentils with carrots<br/>Mixed meatballs in vegetables sauce<br/>Fruit</p>                 | <p><b>28</b> E 619 / G 14 / Col.80 / IPL.10<br/>HC.93 / Fib.8 / P 35 / Sal 2</p> <p><b>Macarrones con sofrito de tomate y orégano</b><br/>Merluza en salsa verde<br/>Fruta del tiempo</p> <p>Macaroni with tomato sauce and oregano<br/>Hake in green sauce<br/>Fruit</p> | <p><b>29</b> E 763 / G 27 / Col.160 / IPL.23<br/>HC.52 / Fib.11 / P 48 / Sal 2</p> <p><b>Patatas a la riojana</b><br/>Pollo asado al limón<br/>Yogur de sabores</p> <p>Rioja style potatoes<br/>Roast chicken lemon<br/>Yogurt</p>   | <p><b>30</b> E 426 / G 15 / Col.58 / IPL.15<br/>HC.48 / Fib.9 / P 40 / Sal 2</p> <p><b>Judías verdes salteadas</b><br/>Lomo adobado horneado con pimientos<br/>Fruta del tiempo</p> <p>Sautéed green beans<br/>Roast marinated tenderloin with peppers<br/>Fruit</p> | <p><b>31</b> E 595 / G 26 / Col.28 / IPL.14<br/>HC.59 / Fib.47 / P 47 / Sal 2</p> <p><b>Alubias pintas guisadas</b><br/>Tortilla de patata con lechuga<br/>Yogur natural</p> <p>Stewed pinto beans<br/>Spanish omelette with lettuce<br/>Natural yogurt</p>  |

**16** DÍA DE LA ENFERMEDAD CELÍACA  
**MAYO**

17 Mayo  
Día Mundial del RECICLAJE

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