



mayo
2024

Ausolan.

lunes

martes

miércoles

jueves

viernes



1

Fiesta

2

Crema de coliflor
Lomo adobado con pisto
Pera
Pan barra

Kcal. 416 h.c. 53 lip. 12 p. 22

3

Sopa de pollo con fideos
Abadejo al horno estilo orio
Guarnicion lechuga y maiz
Naranja
Pan barra

Kcal. 405 h.c. 43 lip. 16 p. 26



Proyecto Educativo

6

Menestra verduras
Tortilla de patatas
Guarnicion lechuga
Manzana
Pan barra

Kcal. 694 h.c. 66 lip. 42 p. 13

7

Ensalada de arroz
Muslo de pollo al chilindron
Pera
Pan barra

Kcal. 682 h.c. 86 lip. 26 p. 28

8

Acelga con patatas
Filete de limanda rebozada
Guarnicion lechuga
Platano
Pan barra

Kcal. 611 h.c. 59 lip. 30 p. 29

9



Crema de calabacin
Tallarines con tomate
Yogur natural
Pan barra

Kcal. 671 h.c. 102 lip. 23 p. 19

10

Lentejas a la hortelana
Bacalao al ajoarriero
Naranja
Pan barra

Kcal. 575 h.c. 77 lip. 17 p. 33



Massana Impulsa

13



Puerros con patata y zanahoria
Arroz con verduras, cúrcuma y pollo
Melon
Pan barra

Kcal. 607 h.c. 109 lip. 14 p. 19

14



Crema de zanahoria ecológica
Lomo en salsa de verduras
Yogur natural
Pan barra

Kcal. 548 h.c. 54 lip. 24 p. 31

15



Garbanzos con calabacin
Filete merluza en salsa de alcachofas
Guarnicion lechuga
Manzana ecologica
Pan barra

Kcal. 567 h.c. 72 lip. 20 p. 30

16

Judia verde con patatas
Muslo de pollo asado a las hierbas
Guarnicion lechuga y maiz
Platano
Pan barra

Kcal. 448 h.c. 53 lip. 16 p. 26

17



Ensalada con patata
Lentejas con boniato
Pera
Pan barra

Kcal. 575 h.c. 75 lip. 21 p. 22



Recomendaciones nutricionales

20

Alubia pinta con verduras
Tortilla de patatas
Guarnicion lechuga
Naranja
Pan barra

Kcal. 671 h.c. 88 lip. 25 p. 25

21

Sopa de cocido
Nuggets de pollo
Patatas chips
Helado
Pan barra

Kcal. 702 h.c. 44 lip. 49 p. 23

22



Borraja con patatas
Macarrones integrales con tomate
Platano
Pan barra

Kcal. 684 h.c. 114 lip. 20 p. 19

23

Crema de calabacin
Abadejo rebozado
Guarnicion lechuga
Pera
Pan barra

Kcal. 516 h.c. 51 lip. 23 p. 28

24

Garbanzos con zanahoria y refrito de ajo
Lomo en salsa de ciruelas
Manzana
Pan barra

Kcal. 736 h.c. 78 lip. 33 p. 34



Iconografía

27

Porrusalda
Filete ruso con champiñones
Guarnicion lechuga
Naranja
Pan barra

Kcal. 670 h.c. 71 lip. 33 p. 27

28



Crema de calabaza
Paella de pescado
Melon
Pan barra

Kcal. 573 h.c. 97 lip. 16 p. 16

29

Guisantes con patatas
Filete de pollo empanado al ajillo
Guarnicion lechuga
Pera
Pan barra

Kcal. 597 h.c. 57 lip. 26 p. 37

30



Alubia blanca pocha
Filete de merluza en salsa de chipirones
Guarnicion lechuga
Yogur natural
Pan barra

Kcal. 556 h.c. 66 lip. 19 p. 35

31



Judia verde casera
Coditos con tomate
Sandia
Pan barra

Kcal. 631 h.c. 102 lip. 20 p. 17

Juntos en tu día a día