



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
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
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
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 Borrajá 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
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



Proyecto
Educativo



Massana
Impulsa



Recomendaciones
nutricionales



Innova
recetas



Iconografía

Juntos en
tu día a día