

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



Vuelta al cole

			<p>7 E 586 / G 19 / Col.53 / IPL.16 HC.79 / Fib.5 / P 31 / Sal 3</p> <p>Espaguetis con tomate y orégano Albóndigas mixtas a la campesina Fruta en almíbar</p> <p>Spaghetti with tomato sauce and oregano Mixed meatballs in vegetables sauce Fruit in syrup</p>	<p>8 E 476 / G 20 / Col.31 / IPL.18 HC.59 / Fib.17 / P 25 / Sal 3</p> <p>Judías verdes salteadas Tortilla de patata con lechuga Yogur natural</p> <p>Sautéed green beans Spanish omelette with lettuce Natural yogurt</p>
<p>11 E 558 / G 8 / Col.140 / IPL.12 HC.86 / Fib.10 / P 50 / Sal 2</p> <p>Lentejas con zanahoria Merluza en salsa americana Fruta del tiempo</p> <p>Lentils with carrots Hake with American sauce Fruit</p>	<p>12 E 504 / G 14 / Col.149 / IPL.14 HC.59 / Fib.8 / P 43 / Sal 2</p> <p>Crema de calabacín Pollo asado al limón Fruta del tiempo</p> <p>Zucchini cream Roast chicken lemon Fruit</p>	<p>13 E 523 / G 20 / Col.150 / IPL.14 HC.60 / Fib.18 / P 33 / Sal 1</p> <p>Arroz blanco con tomate Medallón de pescado en salsa verde Fruta del tiempo</p> <p>White rice with tomato Fish medallion in green sauce Fruit</p>	<p>14 E 584 / G 19 / Col.50 / IPL.16 HC.65 / Fib.38 / P 47 / Sal 2</p> <p>Alubias pintas guisadas Tortilla de patata y chorizo con lechuga Yogur natural</p> <p>Stewed pinto beans Spanish omelette with red sausage and lettuce Natural yogurt</p>	<p>15 E 456 / G 11 / Col.57 / IPL.14 HC.48 / Fib.19 / P 42 / Sal 2</p> <p>Menestra de verduras Lomo adobado horneado con pimientos Fruta del tiempo</p> <p>Mixed vegetables Roast marinated tenderloin with peppers Fruit</p>
<p>18 E 495 / G 12 / Col.71 / IPL.22 HC.49 / Fib.9 / P 59 / Sal 2</p> <p>Crema de calabaza y zanahoria Escalope de pollo con verduras Yogur natural</p> <p>Pumpkin and carrots cream Chicken escalope with vegetables Natural yogurt</p>	<p>19 E 558 / G 23 / Col.100 / IPL.12 HC.67 / Fib.9 / P 50 / Sal 1</p> <p>Cocido completo: garbanzos con sacramentos Fruta del tiempo</p> <p>Stew broth: chickpeas with stew meat Fruit</p>	<p>20 E 582 / G 20 / Col.67 / IPL.14 HC.73 / Fib.42 / P 45 / Sal 1</p> <p>Patatas guisadas Bacalao a la riojana Yogur de sabores</p> <p>Stewed potatoes Cod in Riojana sauce Yogurt</p>	<p>21 E 551 / G 15 / Col.23 / IPL.13 HC.99 / Fib.18 / P 25 / Sal 2</p> <p>Coditos con tomate Tortilla de patata con lechuga Fruta del tiempo</p> <p>Elbows pasta with tomato Spanish omelette with lettuce Fruit</p>	<p>22 E 569 / G 16 / Col.49 / IPL.19 HC.68 / Fib.23 / P 40 / Sal 1</p> <p>Alubias blancas con calabaza Merluza en salsa de verduras Fruta del tiempo</p> <p>Stewed white beans with pumpkin Hake in vegetables sauce Fruit</p>
<p>25 E 568 / G 24 / Col.34 / IPL.20 HC.74 / Fib.24 / P 22 / Sal 3</p> <p>Judías verdes con sofrito de tomate San jacobos con lechuga Fruta del tiempo</p> <p>Green beans with tomato sauce Breaded ham and cheese with lettuce Fruit</p>	<p>26 E 603 / G 28 / Col.58 / IPL.17 HC.56 / Fib.37 / P 346 / Sal 2</p> <p>Lentejas con calabacín Albóndigas de pescado a la jardinera Yogur natural</p> <p>Lentils with zucchini Fish meatballs in vegetable sauce Natural yogurt</p>	<p>27 E 500 / G 17 / Col.79 / IPL.18 HC.71 / Fib.28 / P 53 / Sal 2</p> <p>Sopa de fideos Estofado de cerdo con patatas dado Fruta del tiempo</p> <p>Noodle soup Pork stew with diced potatoes Fruit</p>	<p>28 E 588 / G 21 / Col.80 / IPL.13 HC.52 / Fib.39 / P 60 / Sal 1</p> <p>Alubias pintas con verduras Merluza en salsa roja Fruta del tiempo</p> <p>Pinto beans with vegetables Hake in red sauce Fruit</p>	<p>29 E 598 / G 30 / Col.14 / IPL.18 HC.60 / Fib.84 / P 80 / Sal 2</p> <p>Arroz salteado con verduras y pollo y ensalada de lechuga Yogur de sabores</p> <p>Vegetables paella with chicken and lettuce 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

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

<p>2 E 518 / G 17 / Col.28 / IPL.17 HC.55 / Fib.38 / P 196 / Sal 3</p> <p>Puré de la huerta Tortilla de patata con lechuga Yogur natural Vegetable cream Spanish omelette with lettuce Natural yogurt</p>	<p>3 E 552 / G 23 / Col.55 / IPL.18 HC.48 / Fib.43 / P 326 / Sal 1</p> <p>Garbanzos con calabaza Lomo adobado horneado con champiñones Fruta del tiempo Chickpeas with pumpkin Roast marinated loin with mushrooms Fruit</p>	<p>4 E 579 / G 33 / Col.92 / IPL.10 HC.58 / Fib.55 / P 62 / Sal 2</p> <p>Macarrones con tomate Bacalao en salsa verde Fruta del tiempo Pasta with tomato Cod in green sauce Fruit</p>	<p>5 E 549 / G 17 / Col.69 / IPL.17 HC.59 / Fib.17 / P 36 / Sal 3</p> <p>Menestra de verduras Albóndigas mixtas a la campesina Yogur de sabores Mixed vegetables Mixed meatballs in vegetables sauce Yogurt</p>	<p>6 E 588 / G 18 / Col.80 / IPL.18 HC.78 / Fib.24 / P 246 / Sal 1</p> <p>Alubias blancas a la hortelana Merluza en salsa marinera Fruta del tiempo White beans with vegetables Hake in sea style sauce Fruit</p>
--	---	--	--	--

<p>9 E 649 / G 23 / Col.69 / IPL.17 HC.57 / Fib.15 / P 282 / Sal 2</p> <p>Arroz con verduras Ragout de pavo guisado con verduras Yogur natural Rice with vegetables Stewed turkey with vegetables Natural yogurt</p>	<p>10 E 450 / G 8 / Col.45 / IPL.17 HC.70 / Fib.12 / P 21 / Sal 1</p> <p>Crema de calabacín Tortilla de patata y chorizo con lechuga Fruta del tiempo Zucchini cream Spanish omelette with red sausage and lettuce Fruit</p>	<p>11 E 648 / G 21 / Col.159 / IPL.16 HC.97 / Fib.13 / P 62 / Sal 2</p> <p>Lentejas con zanahoria Merluza a la romana con lechuga Yogur de sabores Lentils with carrots Hake in batter with lettuce Yogurt</p>		
---	---	---	--	--

<p>16 E 515 / G 22 / Col.40 / IPL.22 HC.63 / Fib.27 / P 28 / Sal 3</p> <p>Judías verdes con sofrito de tomate Tortilla de patata con lechuga Yogur de sabores Green beans with tomato sauce Spanish omelette with lettuce Yogurt</p>	<p>17 E 467 / G 13 / Col.69 / IPL.15 HC.60 / Fib.17 / P 46 / Sal 2</p> <p>Sopa de fideos Filete de jamón de cerdo empanado Fruta del tiempo Noodle soup Breaded pork steak Fruit</p>	<p>18 E 549 / G 25 / Col.53 / IPL.11 HC.64 / Fib.42 / P 61 / Sal 1</p> <p>Alubias pintas guisadas Bacalao a la riojana Fruta del tiempo Stewed pinto beans Cod in Riojana sauce Fruit</p>	<p>19 E 588 / G 12 / Col.140 / IPL.13 HC.87 / Fib.11 / P 28 / Sal 3</p> <p>Espaguetis con pisto Pollo asado al romero Yogur natural Spaghetti with ratatouille Rosemary roast chicken Natural yogurt</p>	<p>20 E 640 / G 23 / Col.67 / IPL.16 HC.74 / Fib.12 / P 45 / Sal 2</p> <p>Garbanzos con verduras Albóndigas de pescado a la jardinera Fruta del tiempo Chickpeas with vegetables Fish meatballs in vegetable sauce Fruit</p>
---	---	--	---	---

<p>23 E 547 / G 17 / Col.33 / IPL.14 HC.67 / Fib.26 / P 46 / Sal 2</p> <p>Crema de calabaza San jacobos con lechuga Yogur de sabores Pumpkin cream Breaded ham and cheese with lettuce Natural yogurt</p>	<p>24 E 555 / G 19 / Col.45 / IPL.13 HC.66 / Fib.42 / P 336 / Sal 1</p> <p>Lentejas con calabacín Tortilla de patata y chorizo con lechuga Fruta del tiempo Lentils with zucchini Spanish omelette with red sausage and lettuce Fruit</p>	<p>25 E 556 / G 26 / Col.83 / IPL.23 HC.65 / Fib.28 / P 274 / Sal 2</p> <p>Patatas a la riojana Medallón de pescado en salsa americana Fruta del tiempo Rioja style potatoes Fish medallion in American sauce Fruit</p>	<p>26 E 617 / G 16 / Col.121 / IPL.14 HC.75 / Fib.5 / P 52 / Sal 1</p> <p>Alubias blancas guisadas Pechuga de pollo con champiñones Fruta del tiempo White beans stew Chicken breast with mushrooms Fruit</p>	<p>27 E 572 / G 25 / Col.186 / IPL.15 HC.71 / Fib.17 / P 242 / Sal 1</p> <p>Arroz blanco con tomate Merluza en salsa de verduras Yogur natural White rice with tomato Hake in vegetables sauce Natural yogurt</p>
--	--	--	--	--

<p>30 E 506 / G 15 / Col.30 / IPL.18 HC.59 / Fib.27 / P 26 / Sal 3</p> <p>Menestra de verduras Tortilla de patata con lechuga Yogur natural Mixed vegetables Spanish omelette with lettuce Natural yogurt</p>	<p>31 E 558 / G 23 / Col.100 / IPL.12 HC.67 / Fib.9 / P 50 / Sal 1</p> <p>Cocido completo: garbanzos con sacramentos Fruta del tiempo Stew broth: chickpeas with stew meat Fruit</p>			
--	---	--	--	--

En el comedor se sirven las cantidades acordadas 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.

The portion served in the dining room adjusts to children's 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.

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 children's 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

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



- 1** E 488 / G 19 / Col.58 / IPL.21
HC.56 / Fib.9 / P 50 / Sal 3
- Crema de calabaza y zanahoria**
Albóndigas de pescado a la jardinera
Yogur natural
- Pumpkin and carrots cream
Fish meatballs in vegetable sauce
Natural yogurt

- 4** E 582 / G 19 / Col.72 / IPL.15
HC.90 / Fib.42 / P 43 / Sal 2
- Patatas guisadas**
Filete de cerdo con pimientos
Fruta del tiempo
- Stewed potatoes
Pork steak with peppers
Fruit

- 5** E 596 / G 29 / Col.28 / IPL.17
HC.59 / Fib.48 / P 339 / Sal 2
- Lentejas con calabacín**
Tortilla de patata con lechuga
Yogur natural
- Lentils with zucchini
Spanish omelette with lettuce
Natural yogurt



- 8** **festivos**
-

- 11** E 566 / G 17 / Col.67 / IPL.19
HC.49 / Fib.28 / P 207 / Sal 3
- Puré de la huerta**
Hamburguesa mixta en salsa de cebolla
Yogur de sabores
- Vegetable cream
Hamburger in onion sauce
Yogurt

- 12** E 607 / G 20 / Col.145 / IPL.19
HC.79 / Fib.16 / P 49 / Sal 15
- Alubias blancas con calabaza**
Merluza a la romana con lechuga
Fruta del tiempo
- Stewed white beans with pumpkin
Hake in batter with lettuce
Fruit

- 13** E 537 / G 23 / Col.73 / IPL.25
HC.53 / Fib.17 / P 41 / Sal 2
- Judías verdes con sofrito de tomate**
Escalope de pollo guisado con verduras
Lácteo
- Green beans with tomato sauce
Stewed chicken with vegetables
Dairy

- 14** E 551 / G 15 / Col.23 / IPL.13
HC.99 / Fib.18 / P 25 / Sal 2
- Coditos con tomate**
Tortilla de patata con lechuga
Fruta del tiempo
- Elbows pasta with tomato sauce
Spanish omelette with lettuce
Fruit

- 15** E 591 / G 13 / Col.48 / IPL.12
HC.87 / Fib.16 / P 51 / Sal 1
- Lentejas con zanahoria**
Medallón de pescado en salsa de tomate
Fruta del tiempo
- Lentils with carrots
Fish medallion in tomato sauce
Fruit

- 18** E 626 / G 32 / Col.58 / IPL.25
HC.54 / Fib.8 / P 34 / Sal 4
- Crema de calabacín**
Albóndigas mixtas en salsa jardinera
Yogur natural
- Zucchini cream
Meatballs in vegetables sauce
Natural yogurt

- 19** E 588 / G 25 / Col.80 / IPL.12
HC.61 / Fib.54 / P 261 / Sal 1
- Alubias pintas guisadas**
Merluza en salsa de verduras
Fruta del tiempo
- Stewed pinto beans
Hake in vegetables sauce
Fruit

- 20** E 441 / G 6 / Col.48 / IPL.17
HC.71 / Fib.19 / P 34 / Sal 2
- Sopa de fideos**
Tortilla de patata y chorizo con lechuga
Fruta del tiempo
- Noodle soup
Spanish omelette with red sausage and lettuce
Fruit

- 21** E 588 / G 25 / Col.105 / IPL.15
HC.67 / Fib.6 / P 53 / Sal 1
- Cocido completo: garbanzos con sacramentos**
Fruta del tiempo
- Stew broth: chickpeas with stew meat
Fruit

- 22** E 554 / G 25 / Col.245 / IPL.18
HC.60 / Fib.5 / P 32 / Sal 2
- Arroz con salchichas con ensalada de lechuga**
Yogur de sabores
- Rice with sausages with lettuce
Yogurt



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.

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.