

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



<p>8 E 591 / G 25 / Col.53 / IPL.11 HC.64 / Fib.53 / P 48 / Sal 3</p> <p>Macarrones con tomate Albóndigas de pescado a la jardinera Fruta en almíbar Pasta with tomato Fish meatballs in vegetable sauce Fruit in syrup</p>	<p>9 E 723 / G 14 / Col.3 / IPL.21 HC.120 / Fib.13 / P 28 / Sal 2</p> <p>Lentejas con zanahoria Tortilla de patata con lechuga Fruta del tiempo Lentils with carrots Spanish omelette with lettuce Fruit</p>	<p>10 E 544 / G 21 / Col.76 / IPL.16 HC.54 / Fib.6 / P 42 / Sal 4</p> <p>Judías verdes salteadas Hamburguesa en salsa de tomate Yogur de sabores Sautéed green beans Hamburger with tomato sauce Yogurt</p>	<p>11 E 571 / G 16 / Col.55 / IPL.15 HC.58 / Fib.46 / P 31 / Sal 1</p> <p>Patatas guisadas Merluza en salsa de calabacín Fruta del tiempo Stewed potatoes Hake in zucchini sauce Fruit</p>	<p>12 E 657 / G 30 / Col.78 / IPL.15 HC.59 / Fib.37 / P 49 / Sal 3</p> <p>Sopa de cocido con garbanzos Chorizo y morcilla Yogur natural Stew soup with chickpeas Fresh red sausage and black pudding Natural yogurt</p>
<p>15 E 759 / G 24 / Col.80 / IPL.31 HC.45 / Fib.8 / P 29 / Sal 2</p> <p>Arroz con tomate Filete de jamón de cerdo empanado Yogur de sabores Rice with tomato sauce Breaded pork steak Yogurt</p>	<p>16 E 642 / G 25 / Col.80 / IPL.17 HC.65 / Fib.14 / P 48 / Sal 3</p> <p>Alubias pintas guisadas con calabaza Merluza en salsa verde Fruta del tiempo Stewed pinto beans with pumpkin Hake in green sauce Fruit</p>	<p>17 E 502 / G 12 / Col.67 / IPL.21 HC.51 / Fib.12 / P 60 / Sal 2</p> <p>Crema de calabaza, espinacas y zanahorias Estofado de pavo con patata dado y verduras Fruta del tiempo Pumpkin, spinach and carrot cream Turkey stew with potatoes and vegetables Fruit</p>	<p>18 E 578 / G 27 / Col.169 / IPL.21 HC.50 / Fib.25 / P 221 / Sal 2</p> <p>Sopa de fideos Limanda a la romana con lechuga Yogur natural Noodle soup Breaded dab with lettuce Natural yogurt</p>	<p>19 E 651 / G 10 / Col.231 / IPL.22 HC.74 / Fib.28 / P 181 / Sal 2</p> <p>Alubias blancas a la hortelana Tortilla de patata y chorizo con lechuga Fruta del tiempo White beans with vegetables Spanish omelette with red sausage and lettuce Fruit</p>
<p>22 E 556 / G 9 / Col.81 / IPL.19 HC.52 / Fib.16 / P 45 / Sal 2</p> <p>Menestra de verduras Escalope de pollo con verduras Yogur de sabores Mixed vegetables Chicken escalope with vegetables Yogurt</p>	<p>23 E 691 / G 36 / Col.145 / IPL.23 HC.52 / Fib.41 / P 354 / Sal 15</p> <p>Lentejas guisadas con verduras Varitas de merluza con ensalada de lechuga Fruta del tiempo Stewed lentils with vegetables Hake sticks with lettuce Fruit</p>	<p>24 E 554 / G 25 / Col.412 / IPL.56 HC.57 / Fib.9 / P 35 / Sal 3</p> <p>Crema de calabacín Huevos con tomate y salchichas Yogur natural Zucchini cream Boiled eggs with tomato and sausages Natural yogurt</p>	<p>25 E 700 / G 41 / Col.53 / IPL.32 HC.44 / Fib.32 / P 239 / Sal 3</p> <p>Alubias blancas estofadas Albóndigas mixtas en salsa jardinera Fruta del tiempo White beans with carrots Meatballs in vegetables sauce Fruit</p>	<p>26 E 620 / G 23 / Col.80 / IPL.24 HC.62 / Fib.55 / P 405 / Sal 2</p> <p>Coditos gratinados Abadejo en salsa de tomate Fruta del tiempo Pasta with cheese Pollack in tomato sauce Fruit</p>
<p>29 E 753 / G 20 / Col.8 / IPL.26 HC.80 / Fib.12 / P 15 / Sal 3</p> <p>Arroz con verduras Tortilla de patata con lechuga Yogur natural Rice with vegetables Spanish omelette with lettuce Natural yogurt</p>	<p>30 E 576 / G 29 / Col.136 / IPL.16 HC.60 / Fib.42 / P 352 / Sal 2</p> <p>Alubias pintas con zanahorias Limanda a la andaluza con lechuga Fruta del tiempo Stewed pinto beans with carrots Breaded dab with lettuce Fruit</p>	<p>31 E 616 / G 28 / Col.159 / IPL.22 HC.77 / Fib.8 / P 54 / Sal 4</p> <p>Coliflor con patatas San jacobos con lechuga Yogur de sabores Cauliflower with potatoes Breaded ham and cheese with 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