



mayo
2024

Ausolan.

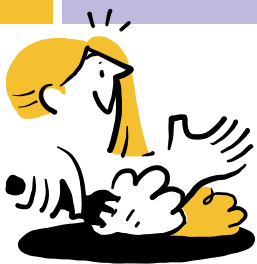
lunes

martes

miércoles

jueves

viernes



1

Fiesta

2

Crema de coliflor
Lomo asado
Pera
Pan barra

Kcal. 253 h.c. 35 lip. 6 p. 17

3

Sopa de pollo con fideos
Filete de limanda rebozada
Rodaja de limón
Naranja
Pan barra

Kcal. 278 h.c. 31 lip. 10 p. 19



Proyecto Educativo



Massana Impulsa



Recomendaciones nutricionales



Iconografía

6

Crema de calabacín
Tortilla casera de patata y calabaza
Ensalada de lechuga
Manzana
Pan barra

Kcal. 382 h.c. 48 lip. 17 p. 13

7

Arroz tres delicias
Muslo de pollo al chilindrón
Ensalada de lechuga
Pera
Pan barra

Kcal. 540 h.c. 77 lip. 19 p. 19

8

Guisantes con patatas
Abadejo al horno estilo orio
Plátano de canarias
Pan barra

Kcal. 296 h.c. 37 lip. 9 p. 18

9



Menestra de verduras de la huerta
Macarrones integrales con jamón serrano
Yogur natural sin azúcar
Pan barra

Kcal. 445 h.c. 70 lip. 12 p. 18

10

Lentejas a la hortelana
Bacalao al ajoarriero
Ensalada de lechuga
Naranja
Pan barra

Kcal. 378 h.c. 50 lip. 11 p. 22

13



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

Kcal. 472 h.c. 85 lip. 12 p. 12

14



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

Kcal. 415 h.c. 37 lip. 20 p. 22

15

Garbanzos con calabacín
Filete merluza en salsa de alcachofas
Ensalada de lechuga
Manzana
Pan barra

Kcal. 380 h.c. 48 lip. 13 p. 20

16

Judía verde con patatas
Muslo de pollo asado a las hierbas
Ensalada de lechuga
Plátano de canarias
Pan barra

Kcal. 294 h.c. 32 lip. 12 p. 16

17



Panaché de verduras
Alubia pinta estofada con verduras
Pera
Pan barra

Kcal. 344 h.c. 55 lip. 9 p. 14

20

Lentejas con boniato
Bacalao en salsa verde
Ensalada de lechuga
Naranja
Pan barra

Kcal. 388 h.c. 44 lip. 14 p. 24

21

Comida campestre



22



Menestra de verduras de la huerta
Macarrones integrales con huevo duro
Plátano de canarias
Pan barra

Kcal. 419 h.c. 75 lip. 9 p. 13

23

Crema de calabacín
Abadejo rebozado
Ensalada de lechuga
Pera
Pan barra

Kcal. 351 h.c. 37 lip. 16 p. 17

24

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

Kcal. 462 h.c. 50 lip. 20 p. 24

27

Crema de calabaza
Hamburguesa 100% ternera
Naranja
Pan barra

Kcal. 300 h.c. 32 lip. 13 p. 16

28



Purrusalda
Paella de pescado
Melón
Pan barra

Kcal. 493 h.c. 87 lip. 12 p. 14

29

Alubia blanca estilo pocha con pimientos
Filete de pollo empanado al ajillo
Ensalada de lechuga
Pera
Pan barra

Kcal. 416 h.c. 37 lip. 21 p. 21

30

Guisantes con patatas
Filete de merluza al horno con verduritas
Yogur natural sin azúcar
Pan barra

Kcal. 364 h.c. 43 lip. 12 p. 24

31



Judía verde casera
Espirales frescos a la boloñesa
Sandía sin pepitas
Pan barra

Kcal. 349 h.c. 54 lip. 10 p. 12

Juntos en tu día a día