

**lunes**

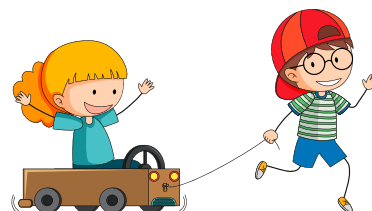
**martes**

**miércoles**

**jueves**

**viernes**


## vuelta al cole



**7** Arroz con sofrito de tomate  
Hamburguesa mixta a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas  
Fruta fresca de temporada

**8** Alubias con puerro, calabacín y zanahoria guisadas con pimentón  
Tortilla de patata  
Mahonesa  
Fruta fresca de temporada

**11** Crema de calabacín  
San jacob con patatas fritas  
Fruta fresca de temporada


**12** Lentejas ECO con puerro, calabacín y zanahoria guisadas con pimentón   
Filete de merluza al horno con guisantes  
Fruta fresca de temporada

**13** Macarrones con atún y sofrito de tomate  
Lomo adobado a la plancha  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca de temporada

**14** Judías verdes con refrito de ajitos y tomate  
Pavo guisado con guisantes, zanahoria y patata  
Fruta fresca de temporada

**15**   
**fiesta**

**18** Sopa de ave con fideos  
Tortilla de patata  
Ensalada de lechuga con atún  
Fruta fresca de temporada

**19** Patatas guisadas con ternera DOP Cantabria   
Pescadilla en salsa de calabacín  
Fruta fresca de temporada

**20** Puré de calabaza  
Pollo asado al limón con patatas asadas  
Fruta fresca de temporada

**21** Potaje de lentejas con puerro y calabacín  
Merluza en salsa verde  
Fruta fresca de temporada

**22** Macarrones con sofrito de tomate casero  
Estofado de cerdo con pimientos, guisantes y zanahoria  
Yogur

**25** Crema de zanahoria, cebolla y puerro  
Boquerón en tempura con **arroz integral** salteado  
Fruta fresca de temporada

**26** Garbanzos estofados con puerro, zanahoria y patata  
Albóndigas mixtas a la jardinera  
Fruta fresca de temporada

**27** Arroz con sofrito de tomate y verduras  
Filete de pescadilla al horno con zanahoria  
Fruta fresca de temporada

**28** Alubias pintas a la jardinera con puerro y calabacín  
Tortilla de patata  
Ensalada de lechuga y tomate  
Yogur

**29** Judías verdes con salsa de tomate  
Jamoncitos de pollo con cebolla, zanahoria y calabacín  
Fruta fresca de temporada




 Las ensaladas se aliñan con Aceite de Oliva Virgen Extra

 Se ofrece pan integral dos días a la semana

 Frutas de temporada: manzana, pera, plátano, naranja

 Ecológico  
 Producto de Cercanía Local

 El menú incluye agua y pan. Estos menús han sido revisados y aprobados por la dietista / nutricionista colegiada CYL00134.

Por causa de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú.

## lunes

**2** Caracolillos con salsa de tomate y orégano  
Albóndigas de pescado en salsa de pimiento verde y perejil  
Fruta fresca de temporada

**9** Fideua mixta  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y sardinillas  
Fruta fresca de temporada

**16** Crema de calabacín  
San jacob con patatas fritas  
Fruta fresca de temporada


**23** Sopa de ave con fideos  
Tortilla de patata  
Ensalada de lechuga con atún  
Fruta fresca de temporada


**30** 

## martes

**3** Garbanzos a la jardinera con zanahoria y patata  
Delicias de pescado  
Yogur

**10** Crema de puerro, apio, zanahoria y judía verde  
Lomo de cerdo adobado a la plancha con patatas asadas  
Fruta fresca de temporada

**17** **Lentejas ECO con puerro, calabacín y zanahoria guisadas con pimentón**   
Filete de merluza al horno con guisantes  
Fruta fresca de temporada

**24** Patatas guisadas con ternera DOP Cantabria   
Pescadilla en salsa de calabacín  
Fruta fresca de temporada

**31** 

## miércoles


**4** Puré de calabacín  
Merluza al horno con patatas  
Fruta fresca de temporada

**11** Alubias blancas a la jardinera con puerro, calabacín y zanahoria  
Merluza en salsa con guisantes  
Yogur

**18** Macarrones con atún y sofrito de tomate  
Lomo adobado a la plancha  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca de temporada

**25** Puré de calabaza  
Pollo asado al limón con patatas asadas  
Fruta fresca de temporada

## jueves

**5** **Lentejas ECO con hortalizas de temporada**   
Tortilla de patata  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca de temporada

**12**   
**el pilar**

**19** Judías verdes con refrito de ajitos y tomate  
Pavo guisado con guisantes, zanahoria y patata  
Fruta fresca de temporada

**26** Potaje de lentejas con puerro y calabacín  
Merluza en salsa verde  
Fruta fresca de temporada

## viernes

**6** Menestra de verduras  
Pollo asado con zanahoria y calabacín  
Fruta fresca de temporada

**13** Lentejas con puerro, calabacín y zanahoria guisadas con pimentón  
Filete bacalao empanado al horno y ensalada de lechuga y aceitunas  
Fruta fresca de temporada

**20** Potaje de garbanzos con verduras de temporada  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Yogur

**27** Macarrones con sofrito de tomate casero  
Estofado de cerdo con pimientos, guisantes y zanahoria  
Yogur




 Las ensaladas se aliñan con Aceite de Oliva Virgen Extra

 Se ofrece pan integral dos días a la semana

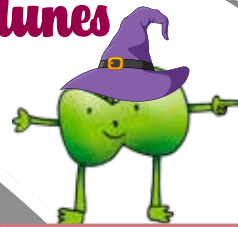
 Frutas de temporada: manzana, pera, plátano, naranja

 Ecológico  Producto de Cercanía Local

 El menú incluye agua y pan. Estos menús han sido revisados y aprobados por la dietista / nutricionista colegiada CYL00134.

Por causa de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú.

**lunes**



**clica para descubrir**

**martes**



**miércoles**





**jueves**

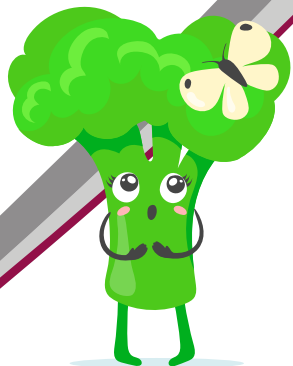


**viernes**

**festivos**



<p><b>6</b> Sopa de ave con fideos Albóndigas de pescado en salsa de pimiento verde y perejil Fruta fresca de temporada</p>	<p><b>7</b> Caracolillos con salsa de tomate y orégano Pollo asado con zanahoria y calabacín Yogur</p>	<p><b>8</b> Alubias blancas con calabacín y zanahoria Empanadillas con atún y tomate al horno Fruta fresca de temporada</p>	<p><b>9</b> Puré de calabacín Merluza al horno con patatas Fruta fresca de temporada</p>	<p><b>10</b> Potaje de garbanzos ECO con puerro y calabacín  Tortilla de patata Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada</p>
<p><b>13</b> Fideua mixta Tortilla francesa Ensalada de lechuga y sardinillas Fruta fresca de temporada</p>	<p><b>14</b> Crema de puerro, apio, zanahoria y judía verde Lomo de cerdo adobado a la plancha con patatas asadas Fruta fresca de temporada</p>	<p><b>15</b> Alubias blancas a la jardinera con puerro, calabacín y zanahoria Merluza en salsa con guisantes Yogur</p>	<p><b>16</b> Sopa minestrone Estofado de pollo con <b>arroz integral</b> Fruta fresca de temporada</p>	<p><b>17</b> Lentejas con puerro, calabacín y zanahoria guisadas con pimentón Filete bacalao empanado al horno y ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca de temporada</p>
<p><b>20</b> Crema de calabacín San jacobito con patatas fritas Fruta fresca de temporada</p>	<p><b>21</b> Lentejas ECO con puerro, calabacín y zanahoria guisadas con pimentón  Filete de merluza al horno con guisantes Fruta fresca de temporada</p>	<p><b>22</b> Macarrones con atún y sofrito de tomate Hamburguesa mixta a la plancha y ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada</p>	<p><b>23</b> Judías verdes con refrito de ajitos y tomate Pavo guisado con guisantes, zanahoria y patata Fruta fresca de temporada</p>	<p><b>24</b> Potaje de garbanzos con verduras de temporada Tortilla francesa Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur</p>
<p><b>27</b> Sopa de ave con fideos Tortilla de patata Ensalada de lechuga con atún Fruta fresca de temporada</p>	<p><b>28</b> Patatas guisadas con ternera DOP Cantabria  Pescadilla en salsa de calabacín Fruta fresca de temporada</p>	<p><b>29</b> Puré de calabaza Pollo asado al limón con patatas asadas Fruta fresca de temporada</p>	<p><b>30</b> Potaje de lentejas con puerro y calabacín Merluza en salsa verde Fruta fresca de temporada</p>	



Las ensaladas se aliñan con Aceite de Oliva Virgen Extra



Se ofrece pan integral dos días a la semana



Frutas de temporada: manzana, pera, plátano, naranja



Producto de Cercanía Local



El menú incluye agua y pan. Estos menús han sido revisados y aprobados por la dietista / nutricionista colegiada CYL00134.

Por causa de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú.

**lunes**



Clica para descubrir

**martes**



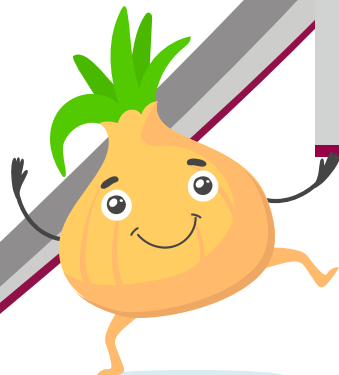
**miércoles**

**jueves**



**viernes**

<p><b>4</b> Crema de zanahoria, cebolla y puerro Boquerón en tempura con <b>arroz integral</b> salteado Fruta fresca de temporada</p>	<p><b>5</b> Garbanzos estofados con puerro, zanahoria y patata Albóndigas mixtas a la jardinera Fruta fresca de temporada</p>	<p><b>6</b> </p>	<p><b>7</b> </p>	<p><b>8</b>  <b>festivos</b></p>
<p><b>11</b> Sopa de ave con fideos Albóndigas de pescado en salsa de pimiento verde y perejil Fruta fresca de temporada</p>	<p><b>12</b> Caracolillos con salsa de tomate y orégano Pollo asado con zanahoria y calabacín Yogur</p>	<p><b>13</b> Alubias blancas con calabacín y zanahoria Empanadillas con atún y tomate al horno Fruta fresca de temporada</p>	<p><b>14</b> Puré de calabacín Merluza al horno con patatas Fruta fresca de temporada</p>	<p><b>15</b> <b>Potaje de garbanzos ECO con puerro y calabacín</b>  Tortilla de patata Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada</p>
<p><b>18</b> Fideua mixta Tortilla francesa Ensalada de lechuga y sardinillas Fruta fresca de temporada</p>	<p><b>19</b> Crema de puerro, apio, zanahoria y judía verde Lomo de cerdo adobado a la plancha con patatas asadas Fruta fresca de temporada</p>	<p><b>20</b> Alubias blancas a la jardinera con puerro, calabacín y zanahoria Merluza en salsa con guisantes Yogur</p>	<p><b>21</b> Sopa minestrone Estofado de pollo con <b>arroz integral</b> Fruta fresca de temporada</p>	<p><b>22</b>  <b>menú especial navidad</b></p>



## Felices Fiestas



Las ensaladas se aliñan con Aceite de Oliva Virgen Extra



Se ofrece pan integral dos días a la semana



Frutas de temporada: manzana, pera, plátano, naranja



Ecológico



Producto de Cercanía Local



El menú incluye agua y pan. Estos menús han sido revisados y aprobados por la dietista / nutricionista colegiada CYL00134.

Por causa de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú.