



- Festivo
- 100% Vegetal
- Día especial

*Uso de sal yodada en la elaboración de los platos *Ausencia de concentrados para caldos u otros potenciadores de sabor *Frutas de temporada: manzana, pera, plátano, naranja. *En el comedor se sirven las cantidades de acuerdo a la edad de los comensales *El menú incluye agua de grifo accesible para los comensales. *Estos menús fueron revisados y aprobados por el equipo de dietistas-nutricionistas de Ausolan *Por causas de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 Festivo	2 Festivo	3 Festivo	4 Festivo
7 Festivo	8 <u>Macarrones con refrito</u> <u>Filete de pollo al horno</u> Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada Pan integral	9 Crema de calabacín, puerro y cebolla <u>Filete de pollo al horno</u> Fruta fresca de temporada Pan blanco	10 Garbanzos estofados con puerro, cebolla y zanahoria Tortilla de patata al horno <u>Ensalada de lechuga</u> <u>Yogur de soja natural</u> Pan integral	11 Wok de verduras estilo oriental <u>Filete de pavo al horno</u> Patatas panadera Fruta fresca de temporada Pan blanco
14 <u>Judías verdes con patatas</u> Tortilla de patata al horno Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca de temporada Pan blanco	15 Festivo	16 <u>Macarrones con refrito</u> Porciones de salmón en salsa de mostaza y miel Ensalada de lechuga y maíz <u>Yogur de soja natural</u> Pan integral	17 Sopa de fideos Estofado de cerdo con calabacín y zanahoria Patatas panadera Fruta fresca de temporada Pan integral	18 Lentejas estofadas con puerro y calabacín <u>Macarrones con refrito</u> Fruta fresca de temporada Pan blanco
21 Crema de zanahoria y cebolla <u>Cinta de lomo fresca a la plancha</u> patatas dado Fruta fresca de temporada Pan blanco	22 Estofado de alubias con zanahoria, calabacín y puerro Bacaladilla a la romana casera <u>Ensalada de lechuga</u> Fruta fresca de temporada Pan blanco	23 <u>Macarrones con verduras</u> Pollo braseado con verduras de temporada Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada Pan blanco	24 Guiso de garbanzos con calabaza y puerro Tortilla francesa Ensalada de lechuga y zanahoria rallada <u>Yogur de soja natural</u> Pan integral	25 <u>Macarrones con refrito</u> Pescadilla a la plancha Con cama de cebolla y zanahoria Fruta fresca de temporada Pan blanco
28 <u>Crema de calabaza</u> Tortilla de patata al horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada Pan blanco	29 <u>Macarrones con refrito</u> <u>Cinta de lomo fresca a la plancha</u> Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada Pan integral	30 Crema de puerro, calabacín y cebolla Chili de alubia con soja texturizada Fruta fresca de temporada Pan blanco		

(*) Los platos resaltados en subrayado son la alternativa al menú basal.