

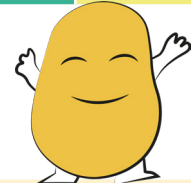


Menú Escolar ISP

Mayo 2026

Ausolan.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
  				1 FESTIVO
4 Prt. 27 HC. 87 Lip. 19 KCal. 585 Patatas en salsa verde Lomo adobado con champiñones asados Fruta del tiempo	5 Prt. 34 HC. 121 Lip. 30 KCal. 748 Garbanzos con verduras Abadejo a la romana con ensalada de lechuga Fruta del tiempo	6 Prt. 36 HC. 97 Lip. 36 KCal. 740 Caracolillos carbonara con champiñones Pollo asado al limón con ensalada de lechuga Yogur natural sin azúcar	7 Prt. 17 HC. 91 Lip. 25 KCal. 587 Crema de calabaza, espinacas y zanahorias Tortilla de patata con lechuga Fruta del tiempo	8 Prt. 31 HC. 111 Lip. 12 KCal. 645 Alubias pintas guisadas Bacalao en salsa de tomate Fruta del tiempo
11 Prt. 29 HC. 110 Lip. 28 KCal. 744 Arroz con champiñones Filete ruso mixto en salsa jardinera con ensalada de lechuga Yogur natural sin azúcar	12 Prt. 30 HC. 104 Lip. 30 KCal. 703 Lentejas con calabacín Merluza en salsa marinera con ensalada de tomate Fruta del tiempo	13 DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL Judías verdes al ajo arriero Macarrones con boloñesa vegetal Fruta del tiempo	14 Prt. 27 HC. 109 Lip. 19 KCal. 656 Patatas a la riojana Limanda en salsa verde con guisantes Fruta del tiempo	15 Prt. 20 HC. 111 Lip. 23 KCal. 598 Alubias blancas a la hortelana Tortilla francesa con lechuga Fruta del tiempo
18 Prt. 23 HC. 95 Lip. 25 KCal. 686 Crema de calabacín con queso Lomo sajonia al horno con patata panadera Fruta del tiempo	19 Prt. 26 HC. 116 Lip. 29 KCal. 694 Alubias pintas con calabaza Tortilla de patata con lechuga Yogur natural sin azúcar	20 Prt. 25 HC. 120 Lip. 13 KCal. 626 Arroz blanco con tomate Lirios al horno con lechuga Fruta del tiempo	21 DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL Crema de la huerta Garbanzos con arroz integral Fruta del tiempo	22 Prt. 28 HC. 77 Lip. 18 KCal. 642 Sopa de lluvia Pollo asado al romero con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta del tiempo
25 JORNADA CHINA Fideos chinos Rollitos primavera con ensalada china Flan chino	26 Prt. 24 HC. 95 Lip. 27 KCal. 679 Patatas guisadas Merluza rebozada con tomate asado Fruta del tiempo	27 Prt. 30 HC. 116 Lip. 25 KCal. 692 Lentejas con zanahoria Estofado de cerdo con salsa de tomate Fruta del tiempo	28 Prt. 27 HC. 111 Lip. 36 KCal. 742 Macarrones integrales napolitana Tortilla de patata con ensalada de lechuga y maíz Yogur natural sin azúcar	29 Prt. 32 HC. 126 Lip. 25 KCal. 718 Garbanzos estofados Abadejo en salsa marinera con ensalada de lechuga Fruta del tiempo



*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 a un 80% de la calibración indicada). El menú incluye agua y pan. Se servirán dos días a la semana pan integral. Estos menús han sido revisados y aprobados por la dietista-nutricionista colegiada CYL00059. Por causa de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú. E: Valor energético · G: Grasas · HC: Hidratos de carbono · P: Proteínas