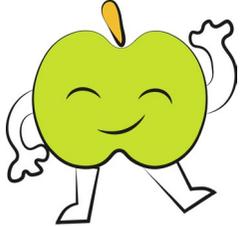


# Menú Escolar LF

# Abril 2025

# Ausolan.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	<b>1</b> P. 15 HC. 106 Lip. 21 Col. 24 IPL. 14 F. 10 Sal. 1 Kcal. 688  Patatas estofadas San jacobos con lechuga Yogur natural  Verduras/Arroz/Huevo/Fruta	<b>2</b> P. 24 HC. 76 Lip. 13 Col. 20 IPL. 10 F. 9 Sal. 0,5 Kcal. 526  Puré de la huerta Lomo horneado con champiñones Fruta del tiempo  Verduras/Pasta/Pescado/Lácteo	<b>3</b> P. 28 HC. 103 Lip. 27 Col. 18 IPL. 12 F. 8 Sal. 1 Kcal. 636  Caracolillos con tomate Merluza en salsa americana Fruta del tiempo  Verduras/Arroz/Carne/Lácteo	<b>4</b> P. 26 HC. 131 Lip. 27 Col. 25 IPL. 15 F. 14 Sal. 1 Kcal. 760  Garbanzos con calabaza Tortilla de patata con lechuga Yogur de sabores  Verduras/Patatas/Pescado/Fruta
	<b>7</b> P. 12 HC. 91 Lip. 23 Col. 22 IPL. 10 F. 10 Sal. 1 Kcal. 629  Crema de calabacín Salchichas frescas en salsa con pimientos Yogur de sabores  por la noche: Verduras/Pasta/Legumbres/Fruta	<b>8</b> P. 23 HC. 125 Lip. 17 Col. 22 IPL. 15 F. 15 Sal. 0,5 Kcal. 655  Alubias pintas con verduras Albóndigas de merluza en salsa marinera Fruta del tiempo  Verduras/Pasta/Carne/Lácteo	<b>9</b> P. 20 HC. 90 Lip. 25 Col. 23 IPL. 12 F. 12 Sal. 1 Kcal. 600  Menestra de verduras Tortilla de patata con salsa de tomate Fruta del tiempo  Verduras/Patatas/Pescado/Lácteo	<b>10</b> P. 33 HC. 109 Lip. 24 Col. 20 IPL. 14 F. 11 Sal. 1 Kcal. 717  Lentejas con puerros Limanda rebozada con lechuga Yogur natural  Verduras/Pasta/Carne/Fruta
<b>14</b> <b>VACACIONES</b> 	<b>15</b> <b>VACACIONES</b>	<b>16</b> <b>VACACIONES</b>	<b>17</b> <b>FESTIVO</b>	<b>18</b> <b>FESTIVO</b> 
<b>21</b> <b>VACACIONES</b>	<b>22</b> <b>VACACIONES</b>	<b>23</b> <b>FESTIVO</b>	<b>24</b> P. 25 HC. 136 Lip. 25 Col. 22 IPL. 18 F. 15 Sal. 1 Kcal. 776  Garbanzos estofados Albóndigas mixtas a la campesina Fruta en almíbar  Verduras/Arroz/Huevo/Lácteo	<b>25</b> P. 32 HC. 131 Lip. 26 Col. 22 IPL. 11 F. 4 Sal. 1 Kcal. 784  Arroz con verduras Estofado de cerdo con patatas dado Yogur natural  Verduras/Pasta/Pescado/Fruta
<b>28</b> P. 26 HC. 83 Lip. 24 Col. 24 IPL. 10 F. 8 Sal. 1 Kcal. 671  Menestra de verduras Filete ruso con champiñones Yogur de sabores  por la noche: Verduras/Pasta/Huevo/Fruta	<b>29</b> P. 23 HC. 116 Lip. 27 Col. 23 IPL. 12 F. 14 Sal. 1 Kcal. 657  Lentejas estofadas Tortilla de patata con lechuga Fruta del tiempo  Verduras/Pasta/Pescado/Lácteo	<b>30</b> P. 30 HC. 120 Lip. 23 Col. 18 IPL. 13 F. 6 Sal. 0,5 Kcal. 666  Arroz blanco con tomate Abadejo a la romana con lechuga Fruta del tiempo  Verduras/Arroz/Huevo/Lácteo	 	



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. **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 · Col: Colesterol · IPL: Índice de perfil lipídico · HC: Hidratos de carbono · Fib: Fibra · P: Proteínas