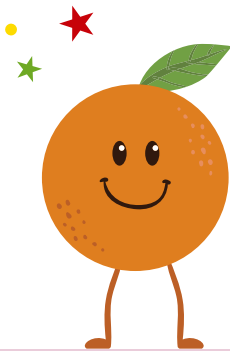




Lunes Monday	Martes Tuesday	Miércoles Wednesday	Jueves Thursday	Viernes Friday
-----------------	-------------------	------------------------	--------------------	-------------------



<p><b>1</b> <small>KCal.713 / HC.66 / Lip.36 / Prt.31</small></p> <p>Puré de calabacín</p> <p>Filete de trucha al horno</p> <p>Patatas fritas</p> <p>Yogur natural / Pan</p> <p>Cream of zucchini soup</p> <p>Baked fresh trout</p> <p>French fries</p> <p>Yogurt / Bread</p>	<p><b>2</b> <small>KCal.686 / HC.112 / Lip.16 / Prt.24</small></p> <p>Lentejas estofadas</p> <p>Arroz blanco</p> <p>Ensalada mixta</p> <p>Fruta / Pan</p> <p>Lentil stew with rice</p> <p>Salad (lettuce, tomato, onion, carrot and egg)</p> <p>Seasonal fruit / Bread</p>	<p><b>3</b> <small>KCal.707 / HC.86 / Lip.29 / Prt.26</small></p> <p>Crema de espinacas</p> <p>Lomo de cerdo al horno</p> <p>Patatas panadera</p> <p>Fruta / Pan</p> <p>Cream of spinach soup</p> <p>Pork chop with roast potatoes</p> <p>Seasonal fruit / Bread</p>	<p><b>4</b> <small>KCal.776 / HC.112 / Lip.23 / Prt.30</small></p> <p>Sopa de cocido</p> <p>Garbanzos con compango y repollo</p> <p>Fruta / Pan</p> <p>Chicken noodle soup</p> <p>Chickpea stew with "compango"</p> <p>Seasonal fruit / Bread</p>
---	--	--	---



<p><b>7</b> <small>KCal.630 / HC.83 / Lip.23 / Prt.24</small></p> <p>Crema de calabaza</p> <p>Tortilla de patata</p> <p>Salsa de tomate natural</p> <p>Fruta / Pan</p> <p>Cream of pumpkin soup</p> <p>Spanish omelette</p> <p>Tomato sauce</p> <p>Seasonal fruit / Bread</p>	<p><b>8</b> <small>KCal.608 / HC.76 / Lip.17 / Prt.39</small></p> <p>Guisantes salteados con jamón</p> <p>Bacalao al horno con tomate asado</p> <p>Fruta / Pan</p> <p>Green peas with ham</p> <p>Baked cod with baked tomato</p> <p>Seasonal fruit / Bread</p>	<p><b>9</b> <small>KCal.630 / HC.77 / Lip.24 / Prt.28</small></p> <p>Puré de verduras</p> <p>Pollo asado</p> <p>Patata panadera</p> <p>Fruta / Pan</p> <p>Creamed vegetables</p> <p>Roast chicken</p> <p>Roasted potatoes</p> <p>Seasonal fruit / Bread</p>	<p><b>10</b> <small>KCal.709 / HC.79 / Lip.28 / Prt.34</small></p> <p>Macarrones con pisto</p> <p>Mero a la plancha</p> <p>Ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Yogur natural / Pan</p> <p>Macaroni with ratatouille</p> <p>Baked grouper</p> <p>Tomato and lettuce salad</p> <p>Yogurt / Bread</p>	<p><b>11</b> <small>KCal.661 / HC.81 / Lip.29 / Prt.19</small></p> <p>Pote asturiano</p> <p>Ensalada mixta (lechuga, tomate, cebolla, zanahoria y huevo duro)</p> <p>Fruta / Pan</p> <p>"Pote asturiano" thick stew</p> <p>Salad (lettuce, tomato, onion, carrot and egg)</p> <p>Seasonal fruit / Bread</p>
---	--	---	--	---



<p><b>14</b> <small>KCal.707 / HC.92 / Lip.26 / Prt.26</small></p> <p>Arroz blanco</p> <p>Huevos con pisto</p> <p>Ensalada de lechuga iceberg y tomate</p> <p>Fruta / Pan</p> <p>White rice</p> <p>Eggs with ratatouille</p> <p>Tomato and lettuce salad</p> <p>Seasonal fruit / Bread</p>	<p><b>15</b> <small>KCal.739 / HC.84 / Lip.28 / Prt.36</small></p> <p>Garbanzos con espinacas</p> <p>Ternera guisada con verduras</p> <p>Fruta / Pan</p> <p>Chickpeas with spinach</p> <p>Stewed beef with vegetable</p> <p>Seasonal fruit / Bread</p>	<p><b>16</b> <small>KCal.744 / HC.79 / Lip.28 / Prt.35</small></p> <p>Repollo con patatas</p> <p>Salmón a la plancha</p> <p>Arroz blanco</p> <p>Yogur natural / Pan</p> <p>Cabbage stew</p> <p>Baked salmon</p> <p>White rice</p> <p>Yogurt / Bread</p>	<p><b>17</b> <small>KCal.631 / HC.85 / Lip.18 / Prt.33</small></p> <p>Sopa juliana</p> <p>Carrilera de cerdo con verduritas y patata en dados</p> <p>Fruta / Pan</p> <p>Noodle soup</p> <p>Braised pork cheek with potatoes</p> <p>Seasonal fruit / Bread</p>	<p><b>18</b> <small>KCal.693 / HC.85 / Lip.23 / Prt.37</small></p> <p>Lentejas estofadas</p> <p>Lenguado al horno con brócoli salteado</p> <p>Fruta / Pan</p> <p>Lentil stew</p> <p>Fillet of sole</p> <p>Broccoli with garlic sauce</p> <p>Seasonal fruit / Bread</p>
--	--	---	---	--

<p><b>21</b> <small>KCal.647 / HC.82 / Lip.25 / Prt.23</small></p> <p>Crema de zanahoria</p> <p>Tortilla de brócoli con patata</p> <p>Fruta / Pan</p> <p>Cream of carrot soup</p> <p>Spanish omelette with broccoli</p> <p>Seasonal fruit / Bread</p>	<p><b>22</b> <small>KCal.679 / HC.95 / Lip.19 / Prt.32</small></p> <p>Fideua de verduras</p> <p>Merluza en salsa verde</p> <p>Fruta / Pan</p> <p>Fideuá</p> <p>Hake fillet in green sauce</p> <p>Seasonal fruit / Bread</p>	<p><b>23</b> <small>KCal.701 / HC.83 / Lip.26 / Prt.33</small></p> <p>Potaje de judías verdes con tomate</p> <p>Pavo guisado con verduras</p> <p>Arroz blanco</p> <p>Yogur natural / Pan</p> <p>Flat green beans with tomato</p> <p>Turkey stew with vegetables and rice</p> <p>Yogurt / Bread</p>	<p><b>24</b> <small>KCal.734 / HC.93 / Lip.25 / Prt.34</small></p> <p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Albóndigas de bacalao</p> <p>Fruta / Pan</p> <p>Pinto bean stew</p> <p>Fish balls in green sauce</p> <p>Seasonal fruit / Bread</p>	<p><b>25</b> <small>KCal.696 / HC.81 / Lip.30 / Prt.26</small></p> <p><b>No lectivo</b></p>
---	---	--	--	---

**28** KCal.755 / HC.83 / Lip.32 / Prt.34

**No lectivo**



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 CYL00134. Por causa de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú.

NOTA

The portion served in the dining room adjusts to children's age ranges according to their needs (ages between 3 and 8 are 80% of the nutrition facts).

The menu includes water and bread. These menus have been checked and approved by professionals in human Nutrition and dietetics (Dietitian CYL00134). Ausolan may change the menu due to reasons of force majeure.

NOTA