



Lunes Monday Martes Tuesday Miércoles Wednesday Jueves Thursday Viernes Friday



<p>12 KCal.709 / HC.84 / Lip.30 / Prt.25</p> <p>EL CON SEJO</p> <p>Arroz con tomate Tortilla francesa con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca de temporada</p> <p>Rice with tomato sauce Omelette Lettuce and olives salad Seasonal fruit</p>	<p>13 KCal.714 / HC.87 / Lip.26 / Prt.33</p> <p>TEMPO RADA</p> <p>Lentejas estofadas Filete de merluza al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca de temporada</p> <p>Lentil stew Baked hake Lettuce and carrot salad Seasonal fruit</p>	<p>14 KCal.687 / HC.93 / Lip.21 / Prt.33</p> <p>DESPIIL FARRO</p> <p>Menestra de verdura San jacobó Ensalada de tomate Yogur</p> <p>Stew vegetables Cordon bleu Tomatoe salad Yogurt</p>	<p>15 KCal.729 / HC.87 / Lip.28 / Prt.32</p> <p>CENAS</p> <p>Crema de calabacín Albóndigas guisadas con verduritas Fruta fresca de temporada</p> <p>Cream of zucchini Meatballs stew with vegetables Seasonal fruit</p>	<p>16 KCal.711 / HC.99 / Lip.20 / Prt.34</p> <p>EL CON SEJO</p> <p>Garbanzos con zanahoria Bacalao al horno con patata panadera Fruta fresca de temporada</p> <p>Chickpeas with carrots stew Baked cod Potatoes Seasonal fruit</p>
--	---	--	---	--

<p>19 KCal.684 / HC.85 / Lip.26 / Prt.28</p> <p>EL CON SEJO</p> <p>Crema de calabaza Tortilla de patata Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada</p> <p>Cream of pumpkin soup Spanish omelette Lettuce and sweet corn salad Seasonal fruit</p>	<p>20 KCal.757 / HC.84 / Lip.30 / Prt.37</p> <p>TEMPO RADA</p> <p>Potaje de garbanzos con verduritas Bacalada a la romana casera y mahonesa Yogur</p> <p>Cream of pumpkin soup Homemade coated fish Mayonnaise Yoghurt</p>	<p>21 KCal.679 / HC.90 / Lip.22 / Prt.30</p> <p>DESPIIL FARRO</p> <p>Patatas con calamar Estofado de pavo con verduritas Fruta fresca de temporada</p> <p>Squid potatoes Baked turkey steak with vegetables Seasonal fruit</p>	<p>22 KCal.586 / HC.77 / Lip.17 / Prt.31</p> <p>CENAS</p> <p>Macarrones napolitana con queso Merluza en salsa verde Fruta fresca de temporada</p> <p>"Neapolitan" pasta Hake in green sauce Zucchini orly Seasonal fruit</p>	<p>23 KCal.702 / HC.87 / Lip.24 / Prt.35</p> <p>EL CON SEJO</p> <p>Sopa de fideos Pollo asado Calabacín orly Fruta fresca de temporada</p> <p>Noodle soup Roast chicken Zucchini orly Seasonal fruit</p>
--	--	--	--	--

<p>26 KCal.756 / HC.87 / Lip.31 / Prt.32</p> <p>EL CON SEJO</p> <p>Judías salteadas con sofrito casero Hamburguesa mixta a la plancha con patatinas Fruta fresca de temporada</p> <p>Green beans with homemade stir-fry Grilled hamburger Potatoes Seasonal fruit</p>	<p>27 KCal.736 / HC.91 / Lip.27 / Prt.32</p> <p>TEMPO RADA</p> <p>Alubias blancas estofadas Tortilla de patata Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca de temporada</p> <p>White beans stew Spanish omelette Lettuce and tomatoe salad Seasonal fruit</p>	<p>28 KCal.729 / HC.91 / Lip.26 / Prt.32</p> <p>DESPIIL FARRO</p> <p>Crema de calabacín Ternera guisada a la jardinera Fruta fresca de temporada</p> <p>Cream of zucchini Stewed beef with vegetables Seasonal fruit</p>	<p>29 KCal.749 / HC.90 / Lip.28 / Prt.34</p> <p>CENAS</p> <p>Paella mixta Empanadillas al horno Ensalada tricolor Fruta fresca de temporada</p> <p>Mixed "paella" Tuna small pie Salad Seasonal fruit</p>	<p>30 KCal.731 / HC.84 / Lip.27 / Prt.37</p> <p>EL CON SEJO</p> <p>Lentejas con hortalizas frescas Bacalao en salsa verde con verduras Yogur</p> <p>Lentil stew Cod in green sauce With vegetables Yogurt</p>
---	---	--	---	---



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 correspondena 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 childrens 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.