





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

<p>3 KCal.675 / HC.84 / Lip.27 / Prt.24</p> <p>Puré de calabacín</p> <p>Tortilla de patata con salsa de tomate natural</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Creamed of courgettes soup</p> <p>Spanish omelette</p> <p>Tomato sauce</p> <p>Seasonal fruit</p> 	<p>4 Kcal.699 / HC.74 / Lip.30 / Prt.33</p> <p>Crema de verduras</p> <p>Ternera guisada con patatas fritas</p> <p>Yogur natural</p> <p>Cream of vegetable soup</p> <p>Stewed beef with vegetables and fried potatoes</p> <p>Yogurt</p>	<p>5 KCal.725 / HC.85 / Lip.33 / Prt.23</p> <p>Arroz con salsa de tomate natural</p> <p>Bacalao asado con verduras salteadas</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>White rice with tomato sauce</p> <p>Hake with green beans and carrot sauce</p> <p>Seasonal fruit</p>	<p>6 KCal.850 / HC.93 / Lip.31 / Prt.49</p> <p>Sopa de cocido</p> <p>Garbanzos con compango, zanahorias y repollo</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Stew soup</p> <p>Chickpeas with meat, carrots and cauve</p> <p>Seasonal fruit</p>	<p>7 KCal.672 / HC.71 / Lip.33 / Prt.23</p> <p>Potaje de judías verdes, patata y zanahoria</p> <p>Lubina al horno con verduras</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Green bean stew</p> <p>Baked cod with vegetables</p> <p>Seasonal fruit</p> 
---	---	---	---	---

<p>10 KCal.613 / HC.82 / Lip.20 / Prt.26</p> <p>Guisantes rehogados con jamón</p> <p>Revuelto de tortilla de champiñones</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Green peas with ham</p> <p>Mushroom scrambled eggs</p> <p>Seasonal fruit</p>	<p>11 KCal.650 / HC.81 / Lip.25 / Prt.25</p> <p>Crema de verduras</p> <p>Salmón al horno con puré de patata</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Cream of vegetable soup</p> <p>Baked salmon</p> <p>Creamy mashed potatoes</p> <p>Seasonal fruit</p>	<p>12</p> <p> Fiesta</p>	<p>13 KCal.683 / HC.81 / Lip.23 / Prt.38</p> <p>Potaje de verduras</p> <p>Pavo guisado con dados de patata</p> <p>Yogur natural</p> <p>Vegetable stew</p> <p>Turkey stew with vegetables and potatoes</p> <p>Seasonal fruit</p>	<p>14 KCal.787 / HC.103 / Lip.27 / Prt.33</p> <p>Espaguetis con pisto</p> <p>Abadejo al horno con verduras asadas</p> <p>Macedonia de frutas natural</p> <p>Pasta with vegetable sauce</p> <p>Baked pollock</p> <p>Roasted vegetables</p> <p>Salad fruit</p>
---	---	---	--	---

<p>17 KCal.717 / HC.93 / Lip.25 / Prt.30</p> <p>Crema de espinacas</p> <p>Tortilla de patata y calabacín</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Cream of spinach soup</p> <p>Zucchini omelette</p> <p>Seasonal fruit</p>	<p>18 KCal.742 / HC.89 / Lip.22 / Prt.47</p> <p>Pasta con pisto</p> <p>Lenguado a la plancha</p> <p>Ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Yogur natural</p> <p>Pasta with vegetable sauce</p> <p>Grilled sole</p> <p>Tomato and lettuce salad</p> <p>Yogurt</p>	<p>19 KCal.636 / HC.66 / Lip.30 / Prt.25</p> <p>Menestra de verdura</p> <p>Lomo de cerdo al horno con verduras y arroz</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Vegetable stew</p> <p>Grilled marinated tenderloin with vegetable stir fry and rice</p> <p>Seasonal fruit</p>	<p>20 KCal.690 / HC.81 / Lip.26 / Prt.33</p> <p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Albóndigas de pescado</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pinto bean stew</p> <p>Fishball</p> <p>Seasonal fruit</p> 	<p>21 KCal.711 / HC.90 / Lip.23 / Prt.36</p> <p>Potaje de acelgas con zanahoria y patata</p> <p>Pollo al horno con arroz</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Chard stew</p> <p>Baked chicken</p> <p>White rice</p> <p>Seasonal fruit</p>
---	--	--	---	--

<p>24 KCal.725 / HC.85 / Lip.33 / Prt.23</p> <p>Arroz blanco</p> <p>Huevos con tomate</p> <p>Ensalada mixta</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>White rice</p> <p>Boiled eggs with tomato sauce and salad</p> <p>Seasonal fruit</p> 	<p>25 KCal.692 / HC.86 / Lip.24 / Prt.33</p> <p>Crema de verduras</p> <p>Chipirones guisados con arroz blanco</p> <p>Yogur natural</p> <p>Cream of vegetable soup</p> <p>Cuttlefish stew</p> <p>White rice</p> <p>Yogurt</p>	<p>26 KCal.769 / HC.79 / Lip.33 / Prt.39</p> <p>Fabada asturiana con compango</p> <p>Ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>"Fabada" black bean stew</p> <p>Tomato and lettuce salad</p> <p>Seasonal fruit</p>	<p>27 KCal.620 / HC.74 / Lip.21 / Prt.33</p> <p>Crema de calabaza y patata</p> <p>Ternera guisada con verduras y arroz blanco</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Cream of vegetable soup</p> <p>Stewed beef with vegetables and white rice</p> <p>Seasonal fruit</p>	<p>28 KCal.706 / HC.91 / Lip.23 / Prt.34</p> <p>Lentejas estofadas</p> <p>Pescadilla al horno con tomate asado</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Lentil stew</p> <p>Baked hake</p> <p>Roasted tomato</p> <p>Seasonal fruit</p>
---	---	--	---	--

31

fiesta

CLICA para DESCUBRIR

EL CON SEJO

TEMPO RADA

DESPIL FARRO

CENAS

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.

NOTA