



mayo  
2025

Ausolan.

lunes

martes

miércoles

jueves

viernes



1

**Fiesta**

2

**Fiesta**

5



Sopa de ave y cocido con estrellas  
Morcilla con tomate y pimientos  
Fruta  
Pan integral

Kcal. 574 h.c. 86 lip. 18 p. 21

6

Menestra de verduras  
Escalope de cerdo a la milanesa  
Pimientos rojos  
Fruta  
Pan

Kcal. 730 h.c. 76 lip. 33 p. 34

7



Arroz con tomate  
Tortilla de patatas  
Champiñones  
Yogur natural  
Pan

Kcal. 903 h.c. 129 lip. 32 p. 31

8

Lentejas  
Filete de merluza a la romana  
Ensalada cuatro estaciones  
Fruta  
Pan

Kcal. 749 h.c. 85 lip. 31 p. 38

9

Pure de calabacín  
Albondigas en salsa con verduritas  
Fruta  
Pan

Kcal. 794 h.c. 83 lip. 39 p. 31

12



Pure de calabaza ecológ.  
Huevos gratinados  
Fruta  
Pan integral

Kcal. 748 h.c. 84 lip. 37 p. 25

13



Guiso del maestro  
San jacobito  
Tomate fresco  
Fruta  
Pan

Kcal. 898 h.c. 115 lip. 36 p. 31

14

Judías verdes con patatas  
Abadejo al horno con rodaja de  
tomate  
Fruta  
Pan

Kcal. 592 h.c. 67 lip. 23 p. 33

15

Macarrones chorizo  
Filete ruso de ternera en salsa  
Patata cuadrada  
Fruta  
Pan

Kcal. 1023 h.c. 127 lip. 43 p. 39

16



Lentejas con boniato ecológico  
Buffalo wings  
Lechuga  
Natilla de vainilla  
Pan

Kcal. 851 h.c. 106 lip. 31 p. 42

19



Ensalada de arroz con atún  
Lomo de cerdo fresco empanado  
Tomate fresco  
Vasito de helado  
Pan integral

Kcal. 957 h.c. 93 lip. 50 p. 39

20

Lentejas  
Merluza orly con mahonesa de  
pimentón  
Limon  
Fruta  
Pan

Kcal. 815 h.c. 92 lip. 35 p. 39

21



Pure de calabaza  
Tortilla de patatas y calabacín  
Lechuga  
Fruta  
Pan

Kcal. 709 h.c. 84 lip. 34 p. 21

22



Sopa de ave y cocido con estrellas  
Salmon al eneldo con patata  
panadera al horno  
Fruta  
Pan

Kcal. 739 h.c. 84 lip. 29 p. 40

23

Judías verdes con patatas  
Poulet à la basquaise  
Fruta  
Pan

Kcal. 538 h.c. 70 lip. 18 p. 29

26



Pure de calabacín  
Croquetas  
Ensalada cuatro estaciones  
Fruta  
Pan integral

Kcal. 826 h.c. 108 lip. 39 p. 17

27



Alubias blancas  
Tortilla de bacalao y patatas  
Lechuga  
Fruta  
Pan

Kcal. 769 h.c. 98 lip. 29 p. 34

28

Menestra de verduras con patatas  
Carbonada de ternera  
Pimientos rojos  
Fruta  
Pan

Kcal. 649 h.c. 92 lip. 18 p. 31

29



Garbanzos con espinacas  
Muslo de pollo asado  
Champiñones  
Yogur  
Pan

Kcal. 664 h.c. 79 lip. 22 p. 41

30



Paella vegetal  
Merluza fresca en salsa verde con  
guisantes  
Fruta  
Pan

Kcal. 730 h.c. 117 lip. 19 p. 31



Proyecto  
Educativo



Massana  
Impulsa



Recomendaciones  
nutricionales



Innova  
recetas



Iconografía

Juntos en  
tu día a día