

# Ausolan.

## SAN PRUDENCIO PEDAGOGICA

Basal

## Junio 2026

Menu general

Comida



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>1</b>  Macarrones integrales con atún y huevo duro Lomo adobado a la plancha Pimientos rojos Fruta de temporada Pan integral Kcal. 1085 h.c. 104,7 lip. 45,6 p. 61,1	<b>2</b> Puré de zanahoria Huevos gratinados Fruta de temporada Pan Kcal. 695 h.c. 68,0 lip. 35,2 p. 26,7	<b>3</b>  Lentejas con arroz integral Medallón de merluza a la romana Limón Yogur natural Pan integral Kcal. 606 h.c. 72,5 lip. 17,4 p. 37,8	<b>4</b> Judías verdes con tomate gratinadas Escalope de pollo con salsa agri dulce y verduritas asiáticas Lechuga Fruta de temporada Pan Kcal. 727 h.c. 78,1 lip. 27,5 p. 39,8	<b>5</b> Alubias pintas con chorizo Empanadillas de atún Lechuga Fruta de temporada Pan Kcal. 928 h.c. 118,6 lip. 31,6 p. 31,9
<b>8</b>  Espirales a la napolitana Hamburguesas en salsa Pimientos rojos Fruta de temporada Pan integral Kcal. 852 h.c. 107,0 lip. 32,1 p. 33,4	<b>9</b> Alubias blancas Tortilla de patatas y jamón cocido Tomate fresco Fruta de temporada Pan Kcal. 681 h.c. 85,8 lip. 21,6 p. 28,2	<b>10</b>  Sopa de cocido con estrellas Zancarrón de ternera con piperrada Yogur Pan integral Kcal. 703 h.c. 75,9 lip. 22,3 p. 50,5	<b>11</b> Coliflor con patatas Bacalao ajoarriero Fruta de temporada Pan Kcal. 602 h.c. 71,1 lip. 21,1 p. 30,7	<b>12</b>  Lentejas Paella vegetal ECO Fruta de temporada Pan Kcal. 872 h.c. 139,6 lip. 20,8 p. 28,1
<b>15</b>  Ensalada de pasta vegetariana Huevos gratinados Fruta de temporada Pan integral Kcal. 904 h.c. 82,1 lip. 50,9 p. 30,0	<b>16</b>  Garbanzos con espinacas Arroz con pollo Yogur Pan Kcal. 868 h.c. 128,9 lip. 22,9 p. 33,6	<b>17</b>  Puré de zanahoria Lomo de cerdo saltado Fruta de temporada Pan integral Kcal. 406 h.c. 53,5 lip. 12,5 p. 20,1	<b>18</b> Lentejas Atún con tomate Fruta de temporada Pan Kcal. 734 h.c. 76,9 lip. 24,1 p. 50,1	<b>19</b>  Puré de calabaza ecológica Albóndigas en salsa Patata cuadrada Fruta de temporada Pan Kcal. 621 h.c. 70,6 lip. 28,7 p. 17,1
<b>22</b> Festivo	<b>23</b> Festivo	<b>24</b> Festivo	<b>25</b> Festivo	<b>26</b> Festivo
<b>29</b> Festivo	<b>30</b> Festivo			

- Festivo
- 100% Vegetal
- Día especial

Juntos en tu día a día  
[menuo.ausolan.com](http://menuo.ausolan.com)