

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

<p>3 E 642 / G 20 / Col.66 / IPL.19 HC.44 / Fib.8 / P 52 / Sal 2</p> <p>Arroz con verduras Filete de jamón de cerdo empanado Fruta del tiempo</p> <p>Rice with vegetables Breaded pork steak Fruit</p>	<p>4 E 711 / G 29 / Col.53 / IPL.15 HC.71 / Fib.49 / P 340 / Sal 3</p> <p>Garbanzos guisados Albóndigas de merluza en salsa jardinera Fruta del tiempo</p> <p>Stewed chickpeas Stewed hake balls with vegetables sauce Fruit</p>	<p>5 E 580 / G 13 / Col.236 / IPL.16 HC.60 / Fib.11 / P 43 / Sal 3</p> <p>Crema de calabaza y zanahoria Tortilla de patata y chorizo con lechuga Yogur natural</p> <p>Pumpkin and carrots cream Spanish omelette with red sausage and lettuce Natural yogurt</p>	<p>6 E 576 / G 22 / Col.136 / IPL.17 HC.78 / Fib.12 / P 213 / Sal 2</p> <p>Alubias blancas a la hortelana Limanda a la romana con lechuga Fruta del tiempo</p> <p>White beans with vegetables Breaded dab with lettuce Fruit</p>	<p>7 E 579 / G 21 / Col.84 / IPL.16 HC.69 / Fib.18 / P 29 / Sal 2</p> <p>Menestra de verduras Ragout de pavo guisado con patata dado Yogur de sabores</p> <p>Mixed vegetables Stewed turkey with potatoes Yogurt</p>
<p>10 E 789 / G 33 / Col.152 / IPL.22 HC.75 / Fib.7 / P 59 / Sal 15</p> <p>Lentejas a la castellana San jacobos con lechuga Yogur natural</p> <p>Castellana style lentils Breaded ham and cheese with lettuce Natural yogurt</p>	<p>11 E 585 / G 15 / Col.60 / IPL.11 HC.93 / Fib.7 / P 43 / Sal 2</p> <p>Coditos con tomate Albóndigas de salmón en salsa jardinera Fruta del tiempo</p> <p>Elbows pasta with tomato Stewed salmon balls with vegetables sauce Fruit</p>	<p>12 E 553 / G 25 / Col.262 / IPL.12 HC.49 / Fib.39 / P 340 / Sal 2</p> <p>Alubias pintas con zanahorias Tortilla francesa con lechuga Fruta del tiempo</p> <p>Stewed pinto beans with carrots Omelette with lettuce Fruit</p>	<p>13 E 571 / G 13 / Col.80 / IPL.11 HC.59 / Fib.45 / P 38 / Sal 1</p> <p>Patatas guisadas Merluza en salsa americana Fruta del tiempo</p> <p>Stewed potatoes Hake with American sauce Fruit</p>	<p>14 E 543 / G 35 / Col.71 / IPL.17 HC.68 / Fib.9 / P 247 / Sal 3</p> <p>Crema de calabacín Codillo asado con salsa de verduras Yogur de sabores</p> <p>Zucchini cream Roasted pork knuckle with vegetables sauce Yogurt</p>
<p>17 E 566 / G 26 / Col.23 / IPL.12 HC.59 / Fib.51 / P 336 / Sal 2</p> <p>Lentejas con calabacín Tortilla de patata con lechuga Fruta del tiempo</p> <p>Lentils with zucchini Spanish omelette with lettuce Fruit</p>	<p>18 E 578 / G 19 / Col.86 / IPL.20 HC.41 / Fib.14 / P 49 / Sal 3</p> <p>Sopa de fideos Filete ruso en salsa de cebolla Yogur natural</p> <p>Noodle soup Hamburger in onion sauce Natural yogurt</p>	<p>19 E 596 / G 26 / Col.80 / IPL.13 HC.63 / Fib.56 / P 255 / Sal 1</p> <p>Garbanzos estofados Merluza en salsa de verduras Fruta del tiempo</p> <p>Stewed chickpeas Hake in vegetables sauce Fruit</p>	<p>20 E 542 / G 16 / Col.66 / IPL.12 HC.55 / Fib.9 / P 40 / Sal 2</p> <p>Judías verdes con sofrito de tomate Escalope de pollo con champiñones Fruta del tiempo</p> <p>Green beans with tomato sauce Chicken escalope with mushrooms Fruit</p>	<p>21 E 596 / G 29 / Col.158 / IPL.12 HC.61 / Fib.3 / P 31 / Sal 2</p> <p>Arroz blanco con tomate Salchichas en salsa Lácteo</p> <p>White rice with tomato sauce Sausages with sauce Dairy</p>

vacaciones



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 un 80% de la calibración indicada).

El menú incluye agua y pan. Estos menús han sido revisados y aprobados por la Técnico Superior en Dietética, Sonia Cruz. Por causa de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú.

E: valor energético · G: grasas · Col: colesterol · IPL: índice de perfil lipídico · HC: hidratos de carbono · Fib: fibra · P: proteínas

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 (Sonia Cruz). Ausolan may change the menu due to reasons of force majeure.

E: energetic value · G: fats · Col: cholesterol · IPL: lipid profile index · HC: carbohydrates · Fib: fiber · P: protein