

Ausolan.

COLEGIO LA ASUNCION PONFERRADA

Basal

Septiembre 2026

ESCUELA INFANTIL

Comida



Festivo

100% Vegetal

Día especial

*Uso de sal yodada en la elaboración de los platos *Ausencia de concentrados para caldos u otros potenciadores de sabor *Frutas de temporada: manzana, pera, plátano, naranja. *En el comedor se sirven las cantidades de acuerdo a la edad de los comensales *El menú incluye agua de grifo accesible para los comensales. *Estos menús fueron revisados y aprobados por el equipo de dietistas-nutricionistas de Ausolan *Por causas de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú

Juntos en tu día a día

menuo.ausolan.com

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 Festivo	2 Festivo	3 Festivo	4 Festivo
7	8	9	10 🍲 Arroz con tomate Hamburguesa mixta al horno Patatas fritas Yogur natural sin azúcar Pan integral	11 Lentejas estofadas con puerro y calabacín Filete de pollo empanado Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada Pan blanco
14 🌱 Crema de zanahoria y cebolla Albóndigas vegetales en salsa Patatas fritas Fruta fresca de temporada Pan blanco	15 🍲 Garbanzos estofados con puerro, cebolla y zanahoria Estofado de pavo con pimiento y cebolla Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada Pan integral	16 🌱 Macarrones integrales con tomate Merluza en salsa verde Patatas panadera Fruta de temporada Pan blanco	17 🍲 Alubias a la jardinera con puerro y calabacín Tortilla francesa Ensalada de lechuga y maíz Yogur natural Pan integral	18 Sopa de fideos Carrilleras de cerdo en salsa de verduras Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada Pan blanco
21 🌱 Macarrones integrales con tomate Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca de temporada Pan blanco	22 🍲 Lentejas con puerro y calabacín guisadas con pimentón Jamoncitos de pollo asado al ajo-limón Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca de temporada Pan integral	23 Judías verdes con ajada Bacaladilla a la romana Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada Pan blanco	24 🍲 Guiso de garbanzos con calabaza, puerro y zanahoria Tortilla de patata al horno Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Yogur natural sin azúcar Pan integral	25 Arroz con tomate Pescadilla al horno a la gallega Patatas panadera Fruta fresca de temporada Pan blanco
28 🌱 Sopa con maravilla Contramuslo de pollo braseado con verduras de temporada salteado de arroz integral Fruta fresca de temporada Pan blanco	29 🍲 Patatas con costilla Tortilla francesa Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan integral	30 🌱 Crema de puerro, coliflor, cebolla y judía verde Chili de alubia con soja Fruta fresca de temporada Pan blanco		