

Menú Escolar ISP

Mayo 2026



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				1 FESTIVO
4 Prt. 27 HC. 87 Lip. 19 KCal. 585 Patatas en salsa verde Lomo adobado con champiñones asados Fruta del tiempo	5 Prt. 34 HC. 121 Lip. 30 KCal. 748 Garbanzos con verduras Abadejo a la romana con ensalada de lechuga Fruta del tiempo	6 Prt. 36 HC. 97 Lip. 36 KCal. 740 Caracoliillos carbonara con champiñones Pollo asado al limón con ensalada de lechuga Yogur natural sin azúcar	7 Prt. 17 HC. 91 Lip. 25 KCal. 587 Crema de calabaza, espinacas y zanahorias Tortilla de patata con lechuga Fruta del tiempo	8 Prt. 31 HC. 111 Lip. 12 KCal. 645 Alubias pintas guisadas Bacalao en salsa de tomate Fruta del tiempo
11 Prt. 29 HC. 110 Lip. 28 KCal. 744 Arroz con champiñones Tortilla francesa con lechuga. Yogur natural sin azúcar	12 Prt. 30 HC. 104 Lip. 30 KCal. 703 Lentejas con calabacín Merluza en salsa marinera con ensalada de tomate Fruta del tiempo	13 DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL Judías verdes al ajo arriero Macarrones con boloñesa vegetal Fruta del tiempo	14 Prt. 27 HC. 109 Lip. 19 KCal. 656 Patatas a la riojana Filete ruso mixto en salsa jardinera con ensalada de lechuga. Fruta del tiempo	15 Prt. 20 HC. 111 Lip. 23 KCal. 598 Alubias blancas a la hokelana Abadejo en salsa verde con guisantes. Fruta del tiempo
18 Prt. 23 HC. 95 Lip. 25 KCal. 686 Crema de calabacín con queso Lomo sajonia al horno con patata panadera Fruta del tiempo	19 Prt. 26 HC. 116 Lip. 29 KCal. 694 Alubias pintas con calabaza Tortilla de patata con lechuga Yogur natural sin azúcar	20 Prt. 25 HC. 120 Lip. 13 KCal. 626 Arroz blanco con tomate Lirios al horno con lechuga Fruta del tiempo	21 DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL Crema de la hueka Garbanzos con arroz integral Fruta del tiempo	22 Prt. 28 HC. 77 Lip. 18 KCal. 642 Sopa de lluvia Pollo asado al romero con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta del tiempo
25 JORNADA CHINA Fideos chinos Rollitos primavera con ensalada china Flan chino	26 Prt. 24 HC. 95 Lip. 27 KCal. 679 Patatas guisadas Merluza rebozada con tomate asado Fruta del tiempo	27 Prt. 30 HC. 116 Lip. 25 KCal. 692 Lentejas con zanahoria Estofado de cerdo con salsa de tomate Fruta del tiempo	28 Prt. 27 HC. 111 Lip. 36 KCal. 742 Macarrones integrales napolitana Tortilla de patata con ensalada de lechuga y maíz Yogur natural sin azúcar	29 Prt. 32 HC. 126 Lip. 25 KCal. 718 Garbanzos estofados Abadejo en salsa marinera con ensalada de lechuga Fruta del tiempo

*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 a un 80% de la calibración indicada). El menú incluye agua y pan. Se servirán dos días a la semana pan integral. Estos menús han sido revisados y aprobados por la dietista-nutricionista colegiada CYL00059. Por causa de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú. E: Valor energético · G: Grasas · HC: Hidratos de carbono · P: Proteínas

Menú Escolar ISP

Junio 2026



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1 Prt. 12 HC. 117 Lip. 17 KCal. 587 Crema de calabacín Canelones gratinados con ensalada de lechuga Fruta del tiempo	2 Prt. 28 HC. 119 Lip. 24 KCal. 641 Alubias pintas a la hortelana Merluza al horno con pisto Fruta del tiempo	3 Prt. 30 HC. 77 Lip. 13 KCal. 580 Sopa de fideo integral Chuleta de cerdo a la riojana con pimientos Fruta del tiempo	4 Prt. 19 HC. 116 Lip. 29 KCal. 681 Arroz con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta del tiempo	5 Prt. 35 HC. 102 Lip. 17 KCal. 692 Garbanzos guisados Jamoncitos de pollo con champiñones al ajillo Yogur natural sin azúcar
8 DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL Arroz blanco con tomate Lentejas guisadas con verduras Fruta del tiempo	9 Prt. 26 HC. 95 Lip. 25 KCal. 727 Patatas guisadas Pescado a la romana con ensalada de lechuga y maíz Fruta del tiempo	10 Prt. 28 HC. 73 Lip. 27 KCal. 633 Crema de zanahorias Estofado de pavo con patata dado Yogur natural sin azúcar	11 Prt. 31 HC. 111 Lip. 24 KCal. 765 Garbanzos con calabaza Huevos gratinados con atún y lechuga Fruta del tiempo	12 Prt. 14 HC. 114 Lip. 24 KCal. 631 Macarrones con berenjena Salchichas frescas encebolladas con lechuga Fruta del tiempo
15 Prt. 25 HC. 84 Lip. 28 KCal. 762 Crema de verduras Magro estofado en salsa de tomate con patata panadera Fruta del tiempo	16 Prt. 29 HC. 112 Lip. 19 KCal. 626 Caracolillos con tomate Lirios al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta del tiempo	17 Prt. 32 HC. 114 Lip. 18 KCal. 730 Alubias pintas con zanahoria Jamoncitos de pollo asado a la naranja con ensalada de lechuga Fruta del tiempo	18 Prt. 27 HC. 79 Lip. 32 KCal. 652 Menestra de verduras con jamón Tortilla de patata con lechuga Yogur natural sin azúcar	19 Prt. 28 HC. 119 Lip. 23 KCal. 653 Garbanzos estofados Merluza en salsa de calabacín Fruta del tiempo
22 DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL Crema de calabaza Macarrones con boloñesa vegetal Fruta del tiempo	23 Prt. 29 HC. 115 Lip. 27 KCal. 698 Lentejas a la lionesa Merluza a la romana con ensalada de encurtidos Fruta del tiempo	24 COMIDA FIN DE CURSO Sopa de fideo integral Hamburguesa completa Ausolan con lechuga y tomate Helado sin azúcar		



*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 a un 80% de la calibración indicada). El menú incluye agua y pan. Se servirán dos días a la semana pan integral. Estos menús han sido revisados y aprobados por la dietista-nutricionista colegiada CYL00059. Por causa de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú. E: Valor energético · G: Grasas · HC: Hidratos de carbono · P: Proteínas