

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

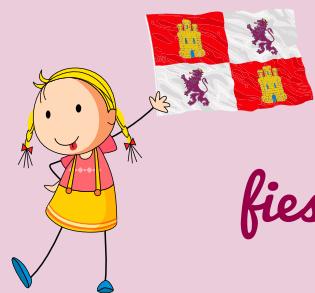


vacaciones

<p>3 E 517 / G 19 / Col.154 / IPL.11 HC.59 / Fib.3 / P 33 / Sal 2</p> <p>Arroz blanco con tomate Filete ruso en salsa de cebolla Fruta en almíbar</p> <p>White rice with tomato sauce Hamburger in onion sauce Fruit in syrup</p>	<p>4 E 671 / G 18 / Col.231 / IPL.18 HC.59 / Fib.45 / P 314 / Sal 2</p> <p>Garbanzos con calabaza Tortilla de patata con salsa de tomate Fruta del tiempo</p> <p>Chickpeas with pumpkin Spanish omelette with tomato sauce Fruit</p>	<p>5 E 501 / G 6 / Col.66 / IPL.17 HC.44 / Fib.30 / P 209 / Sal 2</p> <p>Crema de zanahorias Escalope de pollo con champiñones Fruta del tiempo</p> <p>Carrot cream Chicken escalope with mushrooms Fruit</p>		
<p>8 E 620 / G 21 / Col.58 / IPL.16 HC.78 / Fib.8 / P 39 / Sal 2</p> <p>Macarrones con boloñesa vegetal Lomo sajonia en salsa de manzana Fruta del tiempo</p> <p>Macaroni with vegetable Bolognese Saxony loin in apple sauce Fruit</p>	<p>9 E 655 / G 29 / Col.94 / IPL.13 HC.57 / Fib.37 / P 58 / Sal 2</p> <p>Alubias pintas guisadas Merluza en salsa verde Yogur de sabores</p> <p>Stewed pinto beans Hake in green sauce Yogurt</p>	<p>10 E 561 / G 21 / Col.408 / IPL.48 HC.53 / Fib.21 / P 34 / Sal 2</p> <p>Menestra de verduras Huevos con tomate y salchichas Fruta del tiempo</p> <p>Mixed vegetables Boiled eggs with tomato and sausages Fruit</p>	<p>11 E 659 / G 24 / Col.75 / IPL.18 HC.64 / Fib.24 / P 260 / Sal 2</p> <p>Patatas a la riojana Ragout de pavo con verduras Fruta del tiempo</p> <p>Rioja style potatoes Stewed turkey with vegetables Fruit</p>	<p>12 E 429 / G 10 / Col.49 / IPL.14 HC.49 / Fib.23 / P 241 / Sal 1</p> <p>Lentejas con calabacín Limanda a la romana con lechuga Yogur natural</p> <p>Lentils with zucchini Breaded dab with lettuce Natural yogurt</p>

<p>15 E 429 / G 10 / Col.49 / IPL.14 HC.49 / Fib.23 / P 241 / Sal 1</p> <p>Crema de calabaza Pechuga de pollo al ajillo Yogur natural</p> <p>Pumpkin cream Garlic chicken breast Natural yogurt</p>	<p>16 E 755 / G 30 / Col.128 / IPL.17 HC.69 / Fib.22 / P 65 / Sal 1</p> <p>Sopa de fideos Coçido completo: garbanzos con sacramentos Fruta del tiempo</p> <p>Noodle soup Stew broth: chickpeas with stew meat Fruit</p>	<p>17 E 541 / G 23 / Col.65 / IPL.14 HC.63 / Fib.16 / P 217 / Sal 3</p> <p>Judías verdes salteadas Merluza en salsa de tomate Yogur de sabores</p> <p>Sautéed green beans Hake in tomato sauce Yogurt</p>	<p>18 E 614 / G 22 / Col.23 / IPL.18 HC.77 / Fib.20 / P 29 / Sal 2</p> <p>Alubias blancas a la hortelana Tortilla de patata con lechuga Fruta del tiempo</p> <p>White beans with vegetables Spanish omelette with lettuce Fruit</p>	<p>19 E 754 / G 26 / Col.56 / IPL.15 HC.104 / Fib.8 / P 34 / Sal 3</p> <p>Arroz a la milanesa Albóndigas de salmón con lechuga Fruta del tiempo</p> <p>Milanese rice Fish meatballs with lettuce Fruit</p>
---	---	---	---	--

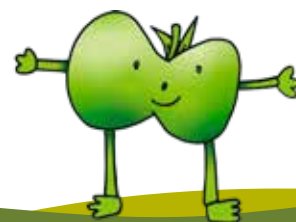
<p>22</p> <p>23</p> <p>24 E 712 / G 30 / Col.150 / IPL.33 HC.63 / Fib.5 / P 57 / Sal 16</p> <p>Caracolillos con tomate San jacobos con lechuga Yogur natural</p> <p>Shell pasta with tomato Breaded ham and cheese with lettuce Natural yogurt</p>	<p>25 E 619 / G 12 / Col.80 / IPL.9 HC.84 / Fib.11 / P 52 / Sal 1</p> <p>Lentejas con zanahoria Merluza en salsa americana Fruta del tiempo</p> <p>Lentils with carrots Hake with American sauce Fruit</p>	<p>26 E 468 / G 12 / Col.55 / IPL.14 HC.44 / Fib.30 / P 205 / Sal 2</p> <p>Puré de la huerta Lomo adobado horneado con champiñones Fruta del tiempo</p> <p>Vegetable cream Roast marinated tenderloin with mushrooms Fruit</p>
--	--	--



fiesta



<p>29 E 590 / G 23 / Col.68 / IPL.15 HC.55 / Fib.17 / P 35 / Sal 3</p> <p>Menestra de verduras Salchichas frescas en salsa con pimientos Yogur de sabores</p> <p>Mixed vegetables Sausages with sauce with peppers Yogurt</p>	<p>30 E 635 / G 23 / Col.80 / IPL.14 HC.61 / Fib.13 / P 55 / Sal 3</p> <p>Alubias pintas guisadas con calabaza Merluza rebozada con lechuga Fruta del tiempo</p> <p>Stewed pinto beans with pumpkin Breaded hake with lettuce Fruit</p>
---	---



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