

Ausolan.

CEP LEZO

No gluten

Enero
2026

TURNO INFANTIL

Comida



- Festivo
- 100% Vegetal
- Día especial

Juntos en tu día a día
menuo.ausolan.com

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			1 Festivo	2 Festivo
5 Festivo	6 Festivo	7 Lentejas a la castellana Puré de verduras ecológica Fruta de temporada <u>Pan sin gluten</u> Kcal. 658 h.c. 105,1 lip. 12,8 p. 23,5	8 <u>Acelga con patata</u> <u>Filete de pollo a la plancha</u> Verduritas ecológicas Yogur de sabor <u>Pan sin gluten</u> Kcal. 605 h.c. 72,3 lip. 18,2 p. 36,6	9 Patatas a la Riojana <u>Abadejo al horno</u> Mahonesa Fruta de temporada <u>Pan sin gluten</u> Kcal. 758 h.c. 80,1 lip. 30,3 p. 38,9
12 Puré de verduras ecológica <u>Guisado de ternera dietas</u> Patata cuadrada Fruta de temporada <u>Pan sin gluten</u> Kcal. 627 h.c. 78,3 lip. 16,4 p. 38,0	13 <u>Macarrones con tomate dietas</u> Atún con tomate Natillas de vainilla <u>Pan sin gluten</u> Kcal. 912 h.c. 114,2 lip. 32,7 p. 40,0	14 Garbanzos Tortilla de patatas al horno Tomate fresco Fruta de temporada <u>Pan sin gluten</u> Kcal. 858 h.c. 102,8 lip. 34,1 p. 28,5	15 Porrusalda <u>Merluza al horno</u> Ensalada cuatro estaciones Fruta de temporada <u>Pan sin gluten</u> Kcal. 491 h.c. 59,5 lip. 18,5 p. 19,7	16 Alubias rojas Muslo de pollo asado Verduritas ecológicas Fruta de temporada <u>Pan sin gluten</u> Kcal. 617 h.c. 82,3 lip. 12,7 p. 35,2
19 Puré de verduras ecológica <u>Aldóndigas de ternera en salsa</u> Fruta de temporada <u>Pan sin gluten</u> Kcal. 706 h.c. 77,6 lip. 30,5 p. 26,5	20 Alubias blancas Merluza al horno <u>Limón</u> Fruta de temporada <u>Pan sin gluten</u> Kcal. 583 h.c. 79,4 lip. 11,4 p. 31,9	21 <u>Macarrones con tomate dietas</u> <u>Guisado de pavo dietas</u> Tomate fresco Fruta de temporada <u>Pan sin gluten</u> Kcal. 825 h.c. 104,4 lip. 25,4 p. 43,1	22 Lentejas a la castellana Huevos fritos Salsa de tomate Fruta de temporada <u>Pan sin gluten</u> Kcal. 557 h.c. 76,3 lip. 15,2 p. 24,5	23 Arroz con tomate Lomo a la plancha Ensalada cuatro estaciones Yogur de sabor <u>Pan sin gluten</u> Kcal. 804 h.c. 121,8 lip. 19,2 p. 35,8
26 <u>Sopa de ave y cocido con pasta dietas</u> Tortilla de patatas al horno Ensalada cuatro estaciones Fruta de temporada <u>Pan sin gluten</u> Kcal. 651 h.c. 80,3 lip. 27,6 p. 18,5	27 Judías verdes con patatas <u>Hamburguesa a la plancha</u> Verduritas ecológicas Fruta de temporada <u>Pan sin gluten</u> Kcal. 413 h.c. 65,5 lip. 11,5 p. 7,9	28 Alubias rojas <u>Abadejo al horno</u> <u>Limón</u> Yogur natural <u>Pan sin gluten</u> Kcal. 723 h.c. 73,4 lip. 23,4 p. 45,7	29 Puré de zanahoria Filete de pollo a la plancha Tomate fresco Fruta de temporada <u>Pan sin gluten</u> Kcal. 510 h.c. 55,9 lip. 17,5 p. 30,2	30 Paella vegetal ECO Atún con tomate Fruta de temporada <u>Pan sin gluten</u> Kcal. 791 h.c. 107,0 lip. 22,9 p. 38,2

(*) Los platos resaltados en subrayado son la alternativa al menú basal.