

Ausolan.

LEZO HERRI
ESKOLA

No gluten

Septiembre
2026

TURNO INFANTIL
Comida



- Festivo
- 100% Vegetal
- Día especial

La bebida que se ofrecerá junto con la comida será agua natural

Juntos en tu día a día
menuo.ausolan.com

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 Festivo	2 Festivo	3 Festivo	4 Festivo
7 Festivo	8 <u>Macarrones con tomate dietas</u> Tortilla paisana Ensalada cuatro estaciones Fruta de temporada <u>Pan sin gluten</u> Kcal. 959 h.c. 120,2 lip. 40,3 p. 26,2	9 Lentejas a la castellana Pure de calabacín ecológico Fruta de temporada <u>Pan sin gluten</u> Kcal. 622 h.c. 97,5 lip. 13,6 p. 21,7	10 <u>Sopa de ave y cocido con pasta dietas</u> <u>Guisado de ternera dietas</u> Patata cuadrada Yogur <u>Pan sin gluten</u> Kcal. 660 h.c. 79,8 lip. 19,1 p. 41,8	11 Paella vegetal <u>Abadejo al horno</u> Tomate fresco Fruta de temporada <u>Pan sin gluten</u> Kcal. 692 h.c. 90,5 lip. 22,1 p. 31,6
14 Festivo	15 <u>Macarrones salteados con champiñones y calabacín dietas</u> Atún con tomate Natillas de vainilla <u>Pan sin gluten</u> Kcal. 855 h.c. 112,7 lip. 30,0 p. 32,7	16 Alubias pintas Tortilla de patatas al horno Tomate fresco Fruta de temporada <u>Pan sin gluten</u> Kcal. 844 h.c. 102,5 lip. 31,0 p. 29,3	17 Porrusalda Merluza fresca al horno Ensalada cuatro estaciones Fruta de temporada <u>Pan sin gluten</u> Kcal. 477 h.c. 59,5 lip. 18,1 p. 17,1	18 Garbanzos Arroz integral con tomate Verduras Fruta de temporada <u>Pan sin gluten</u> Kcal. 885 h.c. 146,7 lip. 18,7 p. 26,2
21 Lentejas Arroz con tomate Fruta de temporada <u>Pan sin gluten</u> Kcal. 881 h.c. 149,6 lip. 17,8 p. 26,0	22 Puré de calabaza ecológica Huevos fritos Ensalada cuatro estaciones Fruta de temporada <u>Pan sin gluten</u> Kcal. 495 h.c. 57,3 lip. 23,2 p. 11,9	23 <u>Macarrones salteados con champiñones y calabacín dietas</u> <u>Filete ruso de ternera en salsa</u> Fruta de temporada <u>Pan sin gluten</u> Kcal. 776 h.c. 103,7 lip. 26,3 p. 29,7	24 Alubias blancas Merluza al horno Ensalada cuatro estaciones Fruta de temporada <u>Pan sin gluten</u> Kcal. 598 h.c. 79,4 lip. 14,0 p. 29,4	25 Menestra de verduras <u>Guisado de ternera dietas</u> Fruta de temporada <u>Pan sin gluten</u> Kcal. 590 h.c. 61,4 lip. 20,1 p. 37,5
28 <u>Sopa de ave y cocido con pasta dietas</u> Tortilla de patatas al horno Tomate fresco Fruta de temporada <u>Pan sin gluten</u> Kcal. 676 h.c. 80,4 lip. 30,5 p. 18,4	29 Marmitako <u>Guisado de pavo dietas</u> <u>Ensalada de lechuga y tomate</u> Yogur natural <u>Pan sin gluten</u> Kcal. 773 h.c. 78,0 lip. 23,5 p. 58,4	30 Alubias pintas Bocados vegetales con tomate Fruta de temporada <u>Pan sin gluten</u> Kcal. 942 h.c. 99,5 lip. 41,9 p. 33,4		

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