Ausolan.

LEZO HERRI ESKOLA

No gluten

Noviembre 2026

TURNO INFANTIL

Comida

EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO



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
2 Puré de calabaza ecológica Filete ruso de ternera con tomate Patata cuadrada Fruta de temporada Pan sin gluten **Kcal. 630 h.c. 68,8 lip. 25,1 p. 29,7**	**3** Macarrones con tomate dietas Tortilla campera Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin gluten **Kcal. 952 h.c. 120,8 lip. 41,8 p. 20,6**	**4** Lentejas Pure de calabacín ecológico Fruta de temporada Pan sin gluten **Kcal. 664 h.c. 97,0 lip. 18,6 p. 21,7**	**5** Sopa de ave y cocido con pasta dietas Filete de pollo a la plancha con patatas Yogur de sabor Pan sin gluten **Kcal. 506 h.c. 71,3 lip. 12,8 p. 26,6**	**6** Paella vegetal Abadejo al horno Tomate fresco Fruta de temporada Pan sin gluten **Kcal. 692 h.c. 90,5 lip. 22,1 p. 31,6**
9 Puré de zanahoria ecológica Zancarrón de ternera con tomate Fruta de temporada Pan sin gluten **Kcal. 611 h.c. 59,1 lip. 24,5 p. 37,1**	**10** Macarrones salteados con champiñones y calabacín dietas Atún con tomate Natillas de vainilla Pan sin gluten **Kcal. 855 h.c. 112,7 lip. 30,0 p. 32,7**	**11** Alubias pintas Tortilla de patatas al horno Tomate fresco Fruta de temporada Pan sin gluten **Kcal. 844 h.c. 102,5 lip. 31,0 p. 29,3**	**12** Porrusalda ecológica Merluza fresca al horno Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin gluten **Kcal. 498 h.c. 58,7 lip. 21,0 p. 16,8**	**13** Garbanzos Arroz integral con tomate Fruta de temporada Pan sin gluten **Kcal. 866 h.c. 143,0 lip. 18,6 p. 25,6**
16 Lentejas Arroz integral con tomate Fruta de temporada Pan sin gluten **Kcal. 858 h.c. 138,8 lip. 19,7 p. 26,4**	**17** Puré de calabaza ecológica Huevos fritos Ensalada de lechuga y tomate Yogur de sabor Pan sin gluten **Kcal. 599 h.c. 66,9 lip. 29,3 p. 15,4**	**18** Macarrones salteados con champiñones y calabacín dietas Hamburguesa a la plancha Fruta de temporada Pan sin gluten **Kcal. 788 h.c. 103,2 lip. 33,4 p. 17,2**	**19** Alubias blancas Merluza al horno Tomate fresco Fruta de temporada Pan sin gluten **Kcal. 624 h.c. 79,5 lip. 16,9 p. 29,3**	**20** Marmitako Zancarrón de ternera con piperrada Fruta de temporada Pan sin gluten **Kcal. 797 h.c. 86,7 lip. 25,7 p. 51,9**
23 Sopa de ave y cocido con pasta dietas Tortilla de patatas con champiñón Tomate fresco Fruta de temporada Pan sin gluten **Kcal. 566 h.c. 65,2 lip. 28,0 p. 12,2**	**24** Patatas a la Riojana Guisado de pavo dietas Ensalada de lechuga y tomate Yogur natural Pan sin gluten **Kcal. 754 h.c. 77,7 lip. 23,5 p. 54,2**	**25** Garbanzos Bocados vegetales con tomate Fruta de temporada Pan sin gluten **Kcal. 956 h.c. 99,8 lip. 45,0 p. 32,6**	**26** Arroz integral con tomate Abadejo al horno Mahonesa Fruta de temporada Pan sin gluten **Kcal. 768 h.c. 99,4 lip. 25,7 p. 34,0**	**27** Judías verdes ecológicas con patatas Filete de ternera a la plancha Pimientos rojos Fruta de temporada Pan sin gluten **Kcal. 782 h.c. 63,7 lip. 46,4 p. 23,5**
30 Paella vegetal Merluza al horno Limón Fruta de temporada Pan sin gluten **Kcal. 508 h.c. 90,4 lip. 7,5 p. 18,6**				

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

Escolar-mes-5-hipc-C-comm