

Ausolan.

COLEGIO
ARCANGEL
RAFAEL P.U.

Basal

Mayo
2026

TURNO INFANTIL
Comida



- Festivo
- 100% Vegetal
- Día especial

Todos los menús se sirven con pan

Pan integral miércoles y viernes. Valoración nutricional del menú doble opción en base a ración 7-12 años.

Juntos en tu día a día
menuo.ausolan.com

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				1 Festivo
4 <p>Macarrones integrales cabonara Macarrones integrales salteados Revuelto de pavo Ensalada de colores Fruta de temporada Pan blanco</p> <p>Kcal. 795 h.c. 85,7 lip. 35,6 p. 31,1</p>	5 <p>Alubias pintas con chorizo Puré de alubias pintas Salmón al eneldo Ensalada del tiempo Fruta de temporada Pan blanco</p> <p>Kcal. 822 h.c. 71,8 lip. 36,6 p. 46,4</p>	6 <p>Arroz a banda Arroz hortelana Temera en salsa casera Ensalada verde Fruta de temporada Pan integral</p> <p>Kcal. 880 h.c. 87,8 lip. 46,2 p. 29,2</p>	7 <p>Crema de verduras Parrillada de verdura Dorada en salsa de limón Patatas al horno Lechuga y maíz Yogur natural Fruta de temporada Pan blanco</p> <p>Kcal. 513 h.c. 57,5 lip. 20,3 p. 23,7</p>	8 <p>Lentejas con boniato Puré de lentejas Cordon bleu Tomate aliñado Fruta de temporada Pan integral</p> <p>Kcal. 740 h.c. 91,6 lip. 30,0 p. 24,0</p>
11 <p>Ensalada campera Espinacas salteadas con patata Hamburguesa mixta a la plancha Chips de boniato Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan blanco</p> <p>Kcal. 674 h.c. 63,1 lip. 36,1 p. 24,4</p>	12 <p>Menestra de verduras salteada Puré de guisantes Huevos rotos con jamón y patatas Lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan blanco</p> <p>Kcal. 550 h.c. 46,7 lip. 30,7 p. 20,6</p>	13 <p>Arroz integral con tomate Arroz integral salteado Lubina al horno Ensalada de colores Fruta de temporada Pan integral</p> <p>Kcal. 646 h.c. 84,0 lip. 23,3 p. 25,3</p>	14 <p>Sopa de cocido Cocido completo Yogur natural Fruta de temporada Pan blanco</p> <p>Kcal. 604 h.c. 76,7 lip. 19,4 p. 26,3</p>	15 Festivo
18 <p>Crema de boniato y puerro Chuleta de pavo al ajillo Ensalada de quinoa Fruta de temporada</p> <p>Kcal. 602 h.c. 71,8 lip. 21,0 p. 30,0</p>	19 <p>Lentejas con arroz integral Ensalada de lentejas Revuelto de trigueros con jamón Ensalada del tiempo Fruta de temporada Pan blanco</p> <p>Kcal. 747 h.c. 86,6 lip. 29,4 p. 32,4</p>	20 <p>Fideua de verduras Pasta al ajillo Bacalao a la madrileña Ensalada verde Fruta de temporada Pan integral</p> <p>Kcal. 661 h.c. 80,4 lip. 22,5 p. 33,9</p>	21 <p>Judías verdes salteadas Coditos con boloñesa de soja texturizada Yogur natural Fruta de temporada Pan blanco</p> <p>Kcal. 826 h.c. 86,4 lip. 37,4 p. 30,8</p>	22 <p>Alubias pintas con verduras Puré de alubias pintas Merluza a la vizcaina Ensalada de colores Fruta de temporada Pan integral</p> <p>Kcal. 663 h.c. 77,8 lip. 22,0 p. 33,1</p>
25 <p>Arroz con verduras Arroz blanco salteado Huevos con bechamel Ensalada con remolacha Fruta de temporada Pan blanco</p> <p>Kcal. 692 h.c. 94,5 lip. 25,8 p. 21,6</p>	26 <p>Potaje de garbanzos Garbanzos en vinagreta Lomo en salsa de verduras Patatas fritas Ensalada con zanahoria Fruta de temporada Pan blanco</p> <p>Kcal. 720 h.c. 73,3 lip. 27,8 p. 41,1</p>	27 <p>Crema de zanahoria Alcachofas al ajillo Pollo asado Cous Cous Lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan integral</p> <p>Kcal. 556 h.c. 80,2 lip. 15,2 p. 23,5</p>	28 <p>Ensalada cesar Brócoli salteado con jamón Alubias estofadas con arroz Yogur natural Fruta de temporada Pan blanco</p> <p>Kcal. 778 h.c. 82,7 lip. 32,4 p. 33,7</p>	29 <p>Macarrones integrales a la boloñesa Macarrones integrales al ajillo Dorada al horno Ensalada de colores Fruta de temporada Pan integral</p> <p>Kcal. 689 h.c. 83,9 lip. 25,2 p. 29,5</p>