Ausolan.

MARIANISTAS DOMINGO LAZARO LOGROÑO

Basal

Noviembre 2026

Turno infantil
Comida

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Macarrones integrales con salsa de tomate Hamburguesa en salsa Mandarina Pan integral **Kcal. 632 h.c. 90,4 lip. 17,8 p. 25,4**	**3** Crema de brócoli ecológico Lentejas a la hortelana Manzana Pan blanco **Kcal. 532 h.c. 94,3 lip. 4,6 p. 24,0**	**4** Menestra de verduras de la huerta Tortilla casera de patata Lechuga y aceitunas Plátano Pan blanco **Kcal. 669 h.c. 82,8 lip. 28,0 p. 19,9**	**5** Arroz con verduras y cúrcuma Merluza en salsa verde Lechuga Yogur natural Pan integral **Kcal. 722 h.c. 93,6 lip. 26,5 p. 27,3**	**6** Acelga con patata y refrito de ajicos Muslo de pollo en salsa con calabaza ecológica Pera Pan blanco **Kcal. 542 h.c. 67,1 lip. 17,7 p. 29,1**
9 Sopa de cocido con fideo integral ecológico Empanadillas de atún Ensalada de lechuga y maíz Naranja Pan integral **Kcal. 639 h.c. 72,2 lip. 32,9 p. 11,8**	**10** Crema de zanahoria Tortilla casera de patata y chistorra Lechuga Plátano Pan blanco **Kcal. 619 h.c. 83,1 lip. 23,1 p. 19,1**	**11** Arroz tres delicias Abadejo al horno estilo orio con pimiento verde Mandarina Pan blanco **Kcal. 728 h.c. 99,4 lip. 22,9 p. 31,3**	**12** Judía verde casera Garbanzos viudos Yogur natural Pan integral **Kcal. 616 h.c. 87,8 lip. 13,5 p. 28,7**	**13** Berza con patatas Lomo con tomate Lechuga y zanahoria Manzana Pan blanco **Kcal. 630 h.c. 61,4 lip. 30,0 p. 27,7**
16 Purrusalda Lentejas con boniato ecológico Yogur natural Pan integral **Kcal. 661 h.c. 104,9 lip. 11,0 p. 29,8**	**17** Arroz con calabacín y pimiento rojo ecológicos Filete de pollo en salsa con zanahoria Pera Pan blanco **Kcal. 698 h.c. 103,8 lip. 15,6 p. 36,6**	**18** Crema de verduras Tortilla casera de bacalao y pimiento verde Lechuga Plátano Pan blanco **Kcal. 590 h.c. 80,5 lip. 21,0 p. 19,7**	**19** Macarrones integrales con salsa de tomate Limanda rebozada Lechuga Naranja Pan integral **Kcal. 869 h.c. 88,6 lip. 41,5 p. 33,1**	**20** Panaché de verduras Albóndiga en salsa Ensalada de lechuga y maíz Manzana Pan blanco **Kcal. 616 h.c. 72,8 lip. 24,7 p. 20,6**
23 Crema de calabaza ecológica Tortilla casera de patata Lechuga Yogur natural Pan integral **Kcal. 630 h.c. 63,1 lip. 32,2 p. 20,0**	**24** Macarrones integrales al pisto Merluza en salsa de ajetes frescos Lechuga y zanahoria Plátano Pan blanco **Kcal. 690 h.c. 109,2 lip. 14,7 p. 28,6**	**25** Borraja con patatas aliñada con aceite de oliva en crudo Garbanzos guisados con calabacín Naranja Pan blanco **Kcal. 583 h.c. 95,0 lip. 9,2 p. 25,6**	**26** Arroz con salsa de tomate Bacaladilla al horno Lechuga Pera Pan integral **Kcal. 595 h.c. 86,0 lip. 16,6 p. 26,6**	**27** Alubia blanca estilo pocha con pimiento verde ecológico Muslo de pollo asado con champiñones y cilantro Mandarina Pan blanco **Kcal. 728 h.c. 81,7 lip. 21,3 p. 44,1**
30 Arroz con verduras y cúrcuma Salmón al horno Manzana Pan integral **Kcal. 712 h.c. 93,9 lip. 24,0 p. 31,3**				



Festivo
100% Vegetal
Día especial

Juntos en tu día a día
menuo.ausolan.com

Escolar-mes5-top-C-comm