

Lunes Monday	Martes Tuesday	Miércoles Wednesday	Jueves Thursday	Viernes Friday
-----------------	-------------------	------------------------	--------------------	-------------------



fiesta

<p>1 E 515 / G 19 / Col.71 / IPL.26 HC.56 / Fib.8 / P 36 / Sal 3</p> <p>Crema de calabacín Filete de jamón de cerdo empanado con pimientos Yogur natural</p> <p>Zucchini cream Breaded pork steak with peppers Natural yogurt</p>	<p>2 E 755 / G 30 / Col.128 / IPL.17 HC.69 / Fib.22 / P 65 / Sal 1</p> <p>Sopa de fideos Cocido completo: garbanzos con sacramentos Fruta del tiempo</p> <p>Noodle soup Stew broth: chickpeas with stew meat Fruit</p>	<p>3 E 631 / G 27 / Col.106 / IPL.13 HC.62 / Fib.3 / P 48 / Sal 2</p> <p>Patatas estofadas Bacalao en salsa verde Yogur de sabores</p> <p>Stewed potatoes Cod in green sauce Yogurt</p>	<p>4 E 613 / G 13 / Col.80 / IPL.8 HC.89 / Fib.7 / P 43 / Sal 2</p> <p>Macarrones con sofrito de tomate y oregano Merluza rebozada con lechuga Fruta del tiempo</p> <p>Macaroni with tomato sauce and oregano Breaded hake with lettuce Fruit</p>	<p>5 E 639 / G 30 / Col.67 / IPL.13 HC.59 / Fib.37 / P 348 / Sal 2</p> <p>Lentejas guisadas Albóndigas mixtas a la campesina Yogur de sabores</p> <p>Lentils with vegetables Mixed meatballs in vegetables sauce Yogurt</p>
<p>6 E 515 / G 19 / Col.71 / IPL.26 HC.56 / Fib.8 / P 36 / Sal 3</p> <p>Crema de calabacín Filete de jamón de cerdo empanado con pimientos Yogur natural</p> <p>Zucchini cream Breaded pork steak with peppers Natural yogurt</p>	<p>7 E 755 / G 30 / Col.128 / IPL.17 HC.69 / Fib.22 / P 65 / Sal 1</p> <p>Sopa de fideos Cocido completo: garbanzos con sacramentos Fruta del tiempo</p> <p>Noodle soup Stew broth: chickpeas with stew meat Fruit</p>	<p>8 E 631 / G 27 / Col.106 / IPL.13 HC.62 / Fib.3 / P 48 / Sal 2</p> <p>Patatas estofadas Bacalao en salsa verde Yogur de sabores</p> <p>Stewed potatoes Cod in green sauce Yogurt</p>	<p>9 E 564 / G 17 / Col.23 / IPL.16 HC.77 / Fib.20 / P 29 / Sal 2</p> <p>Alubias blancas a la hortelana Tortilla de patata con lechuga Fruta del tiempo</p> <p>White beans with vegetables Spanish omelette with lettuce Fruit</p>	<p>10 E 675 / G 30 / Col.150 / IPL.24 HC.83 / Fib.55 / P 737 / Sal 3</p> <p>Espaguetis con tomate y berenjena Limanda a la andaluza con lechuga Yogur de sabores</p> <p>Spaghetti with tomato and eggplant Breaded dab with lettuce Yogurt</p>
<p>13 E 651 / G 34 / Col.407 / IPL.48 HC.52 / Fib.41 / P 346 / Sal 2</p> <p>Lentejas con verduras Huevos con tomate y salchichas Fruta del tiempo</p> <p>Lentils with vegetables Boiled eggs with tomato and sausages Fruit</p>	<p>14 E 823 / G 42 / Col.22 / IPL.24 HC.85 / Fib.53 / P 61 / Sal 2</p> <p>Macarrones con tomate Empanadillas y croquetas con lechuga Helado</p> <p>Pasta with tomato Croquettes and patties with lettuce Ice cream</p>	<p>15 E 483 / G 17 / Col.59 / IPL.14 HC.52 / Fib.12 / P 54 / Sal 4</p> <p>Crema de calabaza y zanahoria Hamburguesa en salsa de tomate Fruta del tiempo</p> <p>Pumpkin and carrots cream Hamburger with tomato sauce Fruit</p>	<p>16 E 609 / G 22 / Col.195 / IPL.12 HC.65 / Fib.3 / P 43 / Sal 1</p> <p>Arroz blanco con tomate Merluza a la gallega Yogur de sabores</p> <p>White rice with tomato Galician hake Yogurt</p>	<p>17 E 646 / G 16 / Col.79 / IPL.17 HC.67 / Fib.12 / P 54 / Sal 1</p> <p>Garbanzos con verduras Escalope de pollo con verduras Fruta del tiempo</p> <p>Chickpeas with vegetables Chicken escalope with vegetables Fruit</p>
<p>20 E 608 / G 26 / Col.60 / IPL.24 HC.58 / Fib.52 / P 422 / Sal 2</p> <p>Coditos gratinados Lomo adobado horneado con pimientos Yogur natural</p> <p>Pasta with cheese Roast marinated tenderloin with peppers Natural yogurt</p>	<p>21 E 576 / G 20 / Col.60 / IPL.13 HC.84 / Fib.14 / P 46 / Sal 1</p> <p>Alubias blancas con calabaza Bacalao a la riojana Fruta del tiempo</p> <p>Stewed white beans with pumpkin Cod in Rioja sauce Fruit</p>	<p>22 E 657 / G 14 / Col.253 / IPL.12 HC.56 / Fib.29 / P 195 / Sal 2</p> <p>Puré de la huerta Tortilla de patata y chorizo con lechuga Helado</p> <p>Vegetable cream Spanish omelette with red sausage and lettuce Ice cream</p>	<p>23 E 596 / G 25 / Col.55 / IPL.15 HC.53 / Fib.46 / P 57 / Sal 1</p> <p>Garbanzos estofados Merluza en salsa de calabacín Fruta del tiempo</p> <p>Stewed chickpeas Hake in zucchini sauce Fruit</p>	<p>24 E 565 / G 20 / Col.80 / IPL.15 HC.68 / Fib.26 / P 268 / Sal 2</p> <p>Menestra de verduras Ragout de pavo con manzana Yogur de sabores</p> <p>Mixed vegetables Stewed turkey with apple Yogurt</p>
<p>27 E 602 / G 14 / Col.53 / IPL.11 HC.88 / Fib.10 / P 43 / Sal 2</p> <p>Lentejas con zanahoria Albóndigas mixtas a la campesina Fruta del tiempo</p> <p>Lentils with carrots Mixed meatballs in vegetables sauce Fruit</p>	<p>28 E 767 / G 27 / Col.160 / IPL.24 HC.52 / Fib.14 / P 344 / Sal 4</p> <p>Patatas a la marinera Pollo a la parmesana Yogur de sabores</p> <p>Seafood style potatoes Chicken Parmesan Yogurt</p>	<p>29 E 619 / G 14 / Col.80 / IPL.10 HC.93 / Fib.8 / P 35 / Sal 2</p> <p>Macarrones con sofrito de tomate y orégano Merluza en salsa verde Fruta del tiempo</p> <p>Macaroni with tomato sauce and oregano Hake in green sauce Fruit</p>	<p>30 E 584 / G 27 / Col.267 / IPL.14 HC.49 / Fib.36 / P 52 / Sal 2</p> <p>Alubias pintas guisadas Tortilla francesa con lechuga Yogur natural</p> <p>Stewed pinto beans Omelette with lettuce Natural yogurt</p>	<p>31 E 508 / G 22 / Col.79 / IPL.13 HC.65 / Fib.20 / P 41 / Sal 3</p> <p>Judías verdes salteadas Estofado de cerdo con patatas dado Fruta del tiempo</p> <p>Sautéed green beans Pork stew with diced potatoes Fruit</p>

16 DÍA DE LA ENFERMEDAD CELÍACA
MAYO

En el comedor se sirven las cantidades acordes a la edad de los niños, lo cual modifica la calibración de cada franja de edad ajustándose así a sus necesidades (para rango de edad entre 3 y 8 años corresponden un 80% de la calibración indicada).

El menú incluye agua y pan. Estos menús han sido revisados y aprobados por la Técnico Superior en Dietética, Sonia Cruz. Por causa de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú.

E: valor energético - G: grasas - Col: colesterol - IPL: índice de perfil lipídico - HC: hidratos de carbono - Fib: fibra - P: proteínas

The portion served in the dining room adjusts to childrens age ranges according to their needs (ages between 3 and 8 are 80% of the nutrition facts).

The menu includes water and bread. These menus have been checked and approved by professionals in human Nutrition and dietetics (Sonia Cruz). Ausolan may change the menu due to reasons of force majeure.

E: energetic value - G: fats - Col: cholesterol - IPL: lipid profile index - HC: carbohydrates - Fib: fiber - P: protein