



Festivo
100% Vegetal
Día especial

Fruta orientativa según estado óptimo de maduración. Fruta de verano: sandía/ melón/nectarina; Invierno: mandarina, naranja, caqui. Agua como única bebida. Elaboramos con sal yodada. Valoración nutricional teórica: Turno infantil - Ración 7-12 años. Menús supervisados: Colegiado MAD01214

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1	2	3	4
7 Arroz con tomate Caballa en aceite Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Manzana Pan blanco	8 Alubias blancas estofadas Tortilla de jamón cocido Brócoli Fruta de temporada Pan integral	9 Crema de zanahoria Contramuslo de pollo al ajillo Cous cous Pera Pan blanco	10 Lombarda con manzana Merluza al horno Zanahoria baby Plátano Pan blanco	11 Judías verdes rehogadas con patatas Croquetas de jamón Ensalada de lechuga Yogur natural Pan integral
Kcal. 1016 h.c. 136,5 lip. 32,1 p. 47,8	Kcal. 999 h.c. 116,1 lip. 31,8 p. 52,5	Kcal. 858 h.c. 118,7 lip. 21,6 p. 45,6	Kcal. 783 h.c. 102,3 lip. 25,5 p. 34,9	Kcal. 1024 h.c. 94,9 lip. 59,9 p. 22,6
14 Paella de verdura Tortilla francesa casera Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Manzana Pan integral	15 Caracolillos con tomate Lomo adobado a la plancha Champiñones Fruta de temporada Pan integral	16 Ensalada primavera (lechuga, patata, tomate, maíz y zanahoria) Contramuslo de pollo en salsa de verduras Pera Pan blanco	17 Garbanzos estofados con curry Abadejo rebozado Patatas panaderas Plátano Pan blanco	18 Crema de verdura Salmón con eneldo al horno Ensalada de lechuga Yogur natural Pan blanco
Kcal. 1133 h.c. 137,7 lip. 51,0 p. 32,7	Kcal. 1066 h.c. 135,5 lip. 32,2 p. 58,2	Kcal. 787 h.c. 77,4 lip. 32,1 p. 47,7	Kcal. 1301 h.c. 155,3 lip. 43,4 p. 68,1	Kcal. 967 h.c. 88,3 lip. 44,0 p. 52,8
21 Arroz con tomate Huevos fritos Patatas fritas Manzana Pan blanco	22 Brócoli rehogado Contramuslo de pollo a la plancha Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Fruta de temporada Pan blanco	23 Ensaladilla rusa Bacalao al horno Ensalada de tomate Pera Pan integral	24 Crema de guisantes Hamburguesa en salsa de verdura Plátano Pan integral	25 Lentejas estofadas con verduras Merluza al horno Champiñones Yogur natural Pan blanco
Kcal. 1099 h.c. 147,3 lip. 45,9 p. 26,2	Kcal. 784 h.c. 78,6 lip. 26,7 p. 56,0	Kcal. 881 h.c. 63,3 lip. 50,7 p. 44,5	Kcal. 1082 h.c. 135,1 lip. 37,6 p. 47,6	Kcal. 938 h.c. 104,2 lip. 30,3 p. 57,1
28 Crema de calabacín Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Manzana Pan blanco	29 Espirales con bechamel de calabaza Pollo guisado Patatas provenzales Fruta de temporada Pan integral	30 Alubia pinta con chorizo Lacón con salsa de verdura Pera Pan blanco		
Kcal. 878 h.c. 89,8 lip. 42,2 p. 34,8	Kcal. 1113 h.c. 147,2 lip. 33,9 p. 54,4	Kcal. 1037 h.c. 124,6 lip. 30,6 p. 57,4		

Ausolan.

COLEGIO MARIA
CORREDENTORA

Triturada

Septiembre
2026

TURNO INFANTIL

Comida



- Festivo
- 100% Vegetal
- Día especial

Fruta orientativa según estado óptimo de maduración. Fruta de verano: sandía/ melón/nectarina; Invierno: mandarina, naranja, caqui. Agua como única bebida. Elaboramos con sal yodada. Valoración nutricional teórica: Turno infantil - Ración 7-12 años. Menús supervisados: Colegiado MAD01214

Juntos en tu día a día
menuo.ausolan.com

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1	2	3	4
7	8	9	10	11
<u>Puré de arroz, calabaza, patata, puerro, zanahoria y pollo</u> <u>Crema de frutas</u> Pan blanco	<u>Triturado de alubias blancas, verdura y huevo</u> <u>Crema de frutas</u> Pan integral	<u>Puré de patata, puerro, zanahoria y pollo</u> <u>Crema de frutas</u> Pan blanco	<u>Puré de calabacín, patata, puerro, zanahoria y pescado</u> <u>Crema de frutas</u> Pan blanco	<u>Puré de patata, puerro, zanahoria y pavo</u> Yogur natural Pan integral
Kcal. 196 h.c. 43,0 lip. 1,2 p. 6,0	Kcal. 194 h.c. 41,4 lip. 1,7 p. 5,7	Kcal. 196 h.c. 43,0 lip. 1,2 p. 6,0	Kcal. 196 h.c. 43,0 lip. 1,2 p. 6,0	Kcal. 222 h.c. 35,1 lip. 5,6 p. 9,4
14	15	16	17	18
<u>Puré de calabacín, patata, puerro, zanahoria y huevo</u> <u>Crema de frutas</u> Pan integral	<u>Puré de patata, puerro, zanahoria y jamón cocido</u> <u>Crema de frutas</u> Pan integral	<u>Puré de patata, puerro, zanahoria y pollo</u> <u>Crema de frutas</u> Pan blanco	<u>Túrmix de garbanzos, verdura y pescado blanco</u> <u>Crema de frutas</u> Pan blanco	<u>Puré de calabacín, patata, puerro, zanahoria y pescado</u> Yogur natural Pan blanco
Kcal. 194 h.c. 41,4 lip. 1,7 p. 5,7	Kcal. 194 h.c. 41,4 lip. 1,7 p. 5,7	Kcal. 196 h.c. 43,0 lip. 1,2 p. 6,0	Kcal. 196 h.c. 43,0 lip. 1,2 p. 6,0	Kcal. 224 h.c. 36,7 lip. 5,1 p. 9,7
21	22	23	24	25
<u>Puré de patata, puerro, zanahoria y huevo</u> <u>Crema de frutas</u> Pan blanco	<u>Puré de patata, puerro, zanahoria y pollo</u> <u>Crema de frutas</u> Pan blanco	<u>Puré de patata, puerro, zanahoria y merluza</u> <u>Crema de frutas</u> Pan integral	<u>Puré de calabacín, patata, puerro, zanahoria y ternera</u> <u>Crema de frutas</u> Pan integral	<u>Puré de calabacín, patata, puerro, zanahoria y pescado</u> Yogur natural Pan blanco
Kcal. 196 h.c. 43,0 lip. 1,2 p. 6,0	Kcal. 196 h.c. 43,0 lip. 1,2 p. 6,0	Kcal. 194 h.c. 41,4 lip. 1,7 p. 5,7	Kcal. 194 h.c. 41,4 lip. 1,7 p. 5,7	Kcal. 224 h.c. 36,7 lip. 5,1 p. 9,7
28	29	30		
<u>Puré de patata, puerro, zanahoria y merluza</u> <u>Crema de frutas</u> Pan blanco	<u>Puré de patata, puerro, zanahoria y pollo</u> <u>Crema de frutas</u> Pan integral	<u>Túrmix de alubia pinta, verdura y huevo</u> <u>Crema de frutas</u> Pan blanco		
Kcal. 196 h.c. 43,0 lip. 1,2 p. 6,0	Kcal. 194 h.c. 41,4 lip. 1,7 p. 5,7	Kcal. 196 h.c. 43,0 lip. 1,2 p. 6,0		

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

Ausolan.

COLEGIO MARIA
CORREDENTORA

No marisco, pescado

Septiembre
2026

TURNO INFANTIL

Comida



- Festivo
- 100% Vegetal
- Día especial

Fruta orientativa según estado óptimo de maduración. Fruta de verano: sandía/ melón/nectarina; Invierno: mandarina, naranja, caqui. Agua como única bebida. Elaboramos con sal yodada. Valoración nutricional teórica: Turno infantil - Ración 7-12 años. Menús supervisados: Colegiado MAD01214

Juntos en tu día a día
menuo.ausolan.com

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1	2	3	4
7	8	9	10	11
Arroz con tomate <u>Contramuslo de pollo a la plancha</u> Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Manzana Pan blanco	Alubias blancas estofadas Tortilla de jamón cocido Brócoli Fruta de temporada Pan integral	Crema de zanahoria Contramuslo de pollo al ajillo Cous cous Pera Pan blanco	Lombarda con manzana <u>Lomo fresco a la plancha</u> Zanahoria baby Plátano Pan blanco	Judías verdes rehogadas con patatas <u>Salchichas de pavo al horno</u> Ensalada de lechuga Yogur natural Pan integral
Kcal. 1000 h.c. 136,5 lip. 27,2 p. 54,4	Kcal. 999 h.c. 116,1 lip. 31,8 p. 52,5	Kcal. 858 h.c. 118,7 lip. 21,6 p. 45,6	Kcal. 834 h.c. 102,3 lip. 27,3 p. 43,6	Kcal. 1072 h.c. 66,1 lip. 73,1 p. 34,9
14	15	16	17	18
Paella de verdura Tortilla francesa casera Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Manzana Pan integral	Caracolillos con tomate Lomo adobado a la plancha Champiñones Fruta de temporada Pan integral	Ensalada de lechuga, patata, tomate, maíz y zanahoria Contramuslo de pollo en salsa de verduras Pera Pan blanco	Garbanzos estofados con curry <u>Lomo de cerdo enharinado (harina de maíz)</u> Patatas panaderas Plátano Pan blanco	Crema de verdura <u>Contramuslo de pollo a la plancha</u> Ensalada de lechuga Yogur natural Pan blanco
Kcal. 1133 h.c. 137,7 lip. 51,0 p. 32,7	Kcal. 1066 h.c. 135,5 lip. 32,2 p. 58,2	Kcal. 787 h.c. 77,4 lip. 32,1 p. 47,7	Kcal. 1313 h.c. 153,3 lip. 48,2 p. 62,4	Kcal. 776 h.c. 79,6 lip. 25,5 p. 55,8
21	22	23	24	25
Arroz con tomate Huevos fritos Patatas fritas Manzana Pan blanco	Brócoli rehogado Contramuslo de pollo a la plancha Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Fruta de temporada Pan blanco	<u>Ensaladilla rusa dietas</u> <u>Lomo de cerdo al ajillo</u> Ensalada de tomate Pera Pan integral	Crema de guisantes Hamburguesa en salsa de verdura Plátano Pan integral	Lentejas estofadas con verduras <u>Tortilla francesa casera</u> Champiñones Yogur natural Pan blanco
Kcal. 1099 h.c. 147,3 lip. 45,9 p. 26,2	Kcal. 784 h.c. 78,6 lip. 26,7 p. 56,0	Kcal. 1040 h.c. 71,6 lip. 45,8 p. 85,8	Kcal. 1082 h.c. 135,1 lip. 37,6 p. 47,6	Kcal. 1136 h.c. 106,8 lip. 52,7 p. 54,0
28	29	30		
Crema de calabacín <u>Lomo adobado a la plancha</u> Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Manzana Pan blanco	Espirales con bechamel de calabaza Pollo guisado Patatas provenzales Fruta de temporada Pan integral	Alubia pinta con chorizo Lacón con salsa de verdura Pera Pan blanco		
Kcal. 856 h.c. 81,4 lip. 37,4 p. 48,4	Kcal. 1113 h.c. 147,2 lip. 33,9 p. 54,4	Kcal. 1037 h.c. 124,6 lip. 30,6 p. 57,4		

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

Ausolan.

COLEGIO MARIA
CORREDENTORA

No legumbre seca

Septiembre
2026

TURNO INFANTIL

Comida



Festivo

100% Vegetal

Día especial

Fruta orientativa según estado óptimo de maduración. Fruta de verano: sandía/ melón/nectarina; Invierno: mandarina, naranja, caqui. Agua como única bebida. Elaboramos con sal yodada. Valoración nutricional teórica: Turno infantil - Ración 7-12 años. Menús supervisados: Colegiado MAD01214

Juntos en tu día a día
menuo.ausolan.com

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1	2	3	4
7	8	9	10	11
Arroz con tomate Caballa en aceite Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Manzana Pan blanco	<u>Macarrones salteados</u> Tortilla de jamón cocido Brócoli Fruta de temporada Pan integral	Crema de zanahoria Contramuslo de pollo al ajillo Cous cous Pera Pan blanco	Lombarda con manzana Merluza al horno Zanahoria baby Plátano Pan blanco	Judías verdes rehogadas con patatas <u>Salchichas de pavo al horno</u> Ensalada de lechuga Yogur natural Pan integral
Kcal. 1016 h.c. 136,5 lip. 32,1 p. 47,8	Kcal. 864 h.c. 111,6 lip. 29,1 p. 39,2	Kcal. 858 h.c. 118,7 lip. 21,6 p. 45,6	Kcal. 783 h.c. 102,3 lip. 25,5 p. 34,9	Kcal. 1072 h.c. 66,1 lip. 73,1 p. 34,9
14	15	16	17	18
Paella de verdura Tortilla francesa casera Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Manzana Pan integral	Caracolillos con tomate Lomo adobado a la plancha Champiñones Fruta de temporada Pan integral	Ensalada de lechuga, patata, tomate, maíz y zanahoria Contramuslo de pollo en salsa de verduras Pera Pan blanco	<u>Sopa de ave con pasta sin gluten</u> Abadejo rebozado Patatas panaderas Plátano Pan blanco	Crema de verdura Salmón con eneldo al horno Ensalada de lechuga Yogur natural Pan blanco
Kcal. 1133 h.c. 137,7 lip. 51,0 p. 32,7	Kcal. 1066 h.c. 135,5 lip. 32,2 p. 58,2	Kcal. 787 h.c. 77,4 lip. 32,1 p. 47,7	Kcal. 1016 h.c. 118,5 lip. 37,7 p. 54,1	Kcal. 967 h.c. 88,3 lip. 44,0 p. 52,8
21	22	23	24	25
Arroz con tomate Huevos fritos Patatas fritas Manzana Pan blanco	Brócoli rehogado Contramuslo de pollo a la plancha Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Fruta de temporada Pan blanco	Ensaladilla rusa Bacalao al horno Ensalada de tomate Pera Pan integral	Crema de guisantes Hamburguesa en salsa de verdura Plátano Pan integral	<u>Sopa de ave con fideos - especial</u> Merluza al horno Champiñones Yogur natural Pan blanco
Kcal. 1099 h.c. 147,3 lip. 45,9 p. 26,2	Kcal. 784 h.c. 78,6 lip. 26,7 p. 56,0	Kcal. 881 h.c. 63,3 lip. 50,7 p. 44,5	Kcal. 1082 h.c. 135,1 lip. 37,6 p. 47,6	Kcal. 713 h.c. 67,3 lip. 30,3 p. 42,6
28	29	30		
Crema de calabacín Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Manzana Pan blanco	Espirales con bechamel de calabaza Pollo guisado Patatas provenzales Fruta de temporada Pan integral	<u>Patatas guisadas con verduras</u> Lacón con salsa de verdura Pera Pan blanco		
Kcal. 878 h.c. 89,8 lip. 42,2 p. 34,8	Kcal. 1113 h.c. 147,2 lip. 33,9 p. 54,4	Kcal. 752 h.c. 103,3 lip. 22,6 p. 34,2		

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

Ausolan.

COLEGIO MARIA
CORREDENTORA

No leche y derivados

Septiembre
2026

TURNO INFANTIL

Comida



Festivo

100% Vegetal

Día especial

Fruta orientativa según estado óptimo de maduración. Fruta de verano: sandía/ melón/nectarina; Invierno: mandarina, naranja, caqui. Agua como única bebida. Elaboramos con sal yodada. Valoración nutricional teórica: Turno infantil - Ración 7-12 años. Menús supervisados: Colegiado MAD01214

Juntos en tu día a día
menuo.ausolan.com

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1	2	3	4
7	8	9	10	11
Arroz con tomate Caballa en aceite Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Manzana Pan blanco	Alubias blancas estofadas Tortilla de jamón cocido Brócoli Fruta de temporada Pan integral	Crema de zanahoria Contramuslo de pollo al ajillo Cous cous Pera Pan blanco	Lombarda con manzana Merluza al horno Zanahoria baby Plátano Pan blanco	Judías verdes rehogadas con patatas <u>Salchichas de pavo al horno</u> Ensalada de lechuga <u>Yogur de soja natural</u> Pan integral
Kcal. 1016 h.c. 136,5 lip. 32,1 p. 47,8	Kcal. 999 h.c. 116,1 lip. 31,8 p. 52,5	Kcal. 858 h.c. 118,7 lip. 21,6 p. 45,6	Kcal. 783 h.c. 102,3 lip. 25,5 p. 34,9	Kcal. 1057 h.c. 63,2 lip. 71,4 p. 35,9
14	15	16	17	18
Paella de verdura Tortilla francesa casera Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Manzana Pan integral	Caracolillos con tomate <u>Lomo de cerdo al ajillo</u> Champiñones Fruta de temporada Pan integral	Ensalada de lechuga, patata, tomate, maíz y zanahoria Contramuslo de pollo en salsa de verduras Pera Pan blanco	Garbanzos estofados con curry Abadejo rebozado Patatas panaderas Plátano Pan blanco	Crema de verdura Salmón con eneldo al horno Ensalada de lechuga <u>Yogur de soja natural</u> Pan blanco
Kcal. 1133 h.c. 137,7 lip. 51,0 p. 32,7	Kcal. 1407 h.c. 138,5 lip. 50,4 p. 99,0	Kcal. 787 h.c. 77,4 lip. 32,1 p. 47,7	Kcal. 1301 h.c. 155,3 lip. 43,4 p. 68,1	Kcal. 952 h.c. 85,4 lip. 42,3 p. 53,8
21	22	23	24	25
Arroz con tomate Huevos fritos Patatas fritas Manzana Pan blanco	Brócoli rehogado Contramuslo de pollo a la plancha Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Fruta de temporada Pan blanco	Ensaladilla rusa Bacalao al horno Ensalada de tomate Pera Pan integral	Crema de guisantes Hamburguesa en salsa de verdura Plátano Pan integral	Lentejas estofadas con verduras Merluza al horno Champiñones <u>Yogur de soja natural</u> Pan blanco
Kcal. 1099 h.c. 147,3 lip. 45,9 p. 26,2	Kcal. 784 h.c. 78,6 lip. 26,7 p. 56,0	Kcal. 881 h.c. 63,3 lip. 50,7 p. 44,5	Kcal. 1082 h.c. 135,1 lip. 37,6 p. 47,6	Kcal. 922 h.c. 101,3 lip. 28,6 p. 58,1
28	29	30		
Crema de calabacín Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Manzana Pan blanco	Espirales con bechamel de calabaza Pollo guisado Patatas provenzales Fruta de temporada Pan integral	Alubia pinta con chorizo Lacón con salsa de verdura Pera Pan blanco		
Kcal. 878 h.c. 89,8 lip. 42,2 p. 34,8	Kcal. 1113 h.c. 147,2 lip. 33,9 p. 54,4	Kcal. 1037 h.c. 124,6 lip. 30,6 p. 57,4		

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

Ausolan.

COLEGIO MARIA
CORREDENTORA

No huevo

Septiembre
2026

TURNO INFANTIL

Comida



Festivo

100% Vegetal

Día especial

Fruta orientativa según estado óptimo de maduración. Fruta de verano: sandía/ melón/nectarina; Invierno: mandarina, naranja, caqui. Agua como única bebida. Elaboramos con sal yodada. Valoración nutricional teórica: Turno infantil - Ración 7-12 años. Menús supervisados: Colegiado MAD01214

Juntos en tu día a día
menuo.ausolan.com

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1	2	3	4
7	8	9	10	11
Arroz con tomate Caballa en aceite Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Manzana Pan blanco	Alubias blancas estofadas <u>Lacón al horno</u> Brócoli Fruta de temporada Pan integral	Crema de zanahoria Contramuslo de pollo al ajillo Cous cous Pera Pan blanco	Lombarda con manzana Merluza al horno Zanahoria baby Plátano Pan blanco	Judías verdes rehogadas con patatas <u>Salchichas de pavo al horno</u> Ensalada de lechuga Yogur natural Pan integral
Kcal. 1016 h.c. 136,5 lip. 32,1 p. 47,8	Kcal. 995 h.c. 118,5 lip. 30,7 p. 51,6	Kcal. 858 h.c. 118,7 lip. 21,6 p. 45,6	Kcal. 783 h.c. 102,3 lip. 25,5 p. 34,9	Kcal. 1072 h.c. 66,1 lip. 73,1 p. 34,9
14	15	16	17	18
Paella de verdura <u>Delicias de pavo</u> Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Manzana Pan integral	<u>Macarrones con tomate sin gluten</u> Lomo adobado a la plancha Champiñones Fruta de temporada Pan integral	Ensalada de lechuga, patata, tomate, maíz y zanahoria Contramuslo de pollo en salsa de verduras Pera Pan blanco	Garbanzos estofados con curry <u>Abadejo enharinado (harina de maíz)</u> Patatas panaderas Plátano Pan blanco	Crema de verdura Salmón con eneldo al horno Ensalada de lechuga Yogur natural Pan blanco
Kcal. 896 h.c. 138,6 lip. 20,5 p. 40,9	Kcal. 1012 h.c. 134,0 lip. 31,4 p. 49,5	Kcal. 787 h.c. 77,4 lip. 32,1 p. 47,7	Kcal. 1239 h.c. 149,0 lip. 40,4 p. 65,8	Kcal. 967 h.c. 88,3 lip. 44,0 p. 52,8
21	22	23	24	25
Arroz con tomate <u>Lacón al horno</u> Patatas fritas Manzana Pan blanco	Brócoli rehogado Contramuslo de pollo a la plancha Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Fruta de temporada Pan blanco	<u>Ensaladilla rusa dietas</u> Bacalao al horno Ensalada de tomate Pera Pan integral	Crema de guisantes Hamburguesa en salsa de verdura Plátano Pan integral	Lentejas estofadas con verduras Merluza al horno Champiñones Yogur natural Pan blanco
Kcal. 1086 h.c. 148,9 lip. 38,6 p. 37,6	Kcal. 784 h.c. 78,6 lip. 26,7 p. 56,0	Kcal. 792 h.c. 68,6 lip. 39,7 p. 40,8	Kcal. 1082 h.c. 135,1 lip. 37,6 p. 47,6	Kcal. 938 h.c. 104,2 lip. 30,3 p. 57,1
28	29	30		
Crema de calabacín Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Manzana Pan blanco	<u>Macarrones con tomate sin gluten</u> Pollo guisado Patatas provenzales Fruta de temporada Pan integral	Alubia pinta con chorizo Lacón con salsa de verdura Pera Pan blanco		
Kcal. 878 h.c. 89,8 lip. 42,2 p. 34,8	Kcal. 1098 h.c. 148,0 lip. 35,1 p. 47,9	Kcal. 1037 h.c. 124,6 lip. 30,6 p. 57,4		

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



- Festivo
- 100% Vegetal
- Día especial

Fruta orientativa según estado óptimo de maduración. Fruta de verano: sandía/ melón/nectarina; Invierno: mandarina, naranja, caqui. Agua como única bebida. Elaboramos con sal yodada. Valoración nutricional teórica: Turno infantil - Ración 7-12 años. Menús supervisados: Colegiado MAD01214

Juntos en tu día a día
menuo.ausolan.com

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1	2	3	4
7	8	9	10	11
Arroz con tomate Caballa en aceite Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Manzana <u>Pan sin gluten</u>	Alubias blancas estofadas Tortilla de jamón cocido Brócoli Fruta de temporada <u>Pan sin gluten</u>	Crema de zanahoria Contramuslo de pollo al ajillo <u>Arroz</u> Pera <u>Pan sin gluten</u>	Lombarda con manzana Merluza al horno Zanahoria baby Plátano <u>Pan sin gluten</u>	Judías verdes rehogadas con patatas <u>Salchichas de pavo al horno</u> Ensalada de lechuga Yogur natural <u>Pan sin gluten</u>
Kcal. 1023 h.c. 139,8 lip. 32,0 p. 43,6	Kcal. 1008 h.c. 121,0 lip. 31,2 p. 48,6	Kcal. 874 h.c. 126,2 lip. 21,4 p. 40,2	Kcal. 790 h.c. 105,6 lip. 25,4 p. 30,7	Kcal. 1081 h.c. 71,0 lip. 72,5 p. 31,0
14	15	16	17	18
Paella de verdura Tortilla francesa casera Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Manzana <u>Pan sin gluten</u>	<u>Macarrones con tomate sin gluten</u> Lomo adobado a la plancha Champiñones Fruta de temporada <u>Pan sin gluten</u>	Ensalada de lechuga, patata, tomate, maíz y zanahoria Contramuslo de pollo en salsa de verduras Pera <u>Pan sin gluten</u>	<u>Garbanzos estofados - dietas</u> <u>Abadejo enharinado (harina de maíz)</u> Patatas panaderas Plátano <u>Pan sin gluten</u>	Crema de verdura Salmón con eneldo al horno Ensalada de lechuga Yogur natural <u>Pan sin gluten</u>
Kcal. 1142 h.c. 142,6 lip. 50,4 p. 28,8	Kcal. 1021 h.c. 138,9 lip. 30,8 p. 45,6	Kcal. 794 h.c. 80,7 lip. 32,0 p. 43,5	Kcal. 1170 h.c. 148,5 lip. 34,2 p. 61,2	Kcal. 974 h.c. 91,6 lip. 43,9 p. 48,6
21	22	23	24	25
Arroz con tomate Huevos fritos Patatas fritas Manzana <u>Pan sin gluten</u>	Brócoli rehogado Contramuslo de pollo a la plancha Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Fruta de temporada <u>Pan sin gluten</u>	Ensaladilla rusa Bacalao al horno Ensalada de tomate Pera <u>Pan sin gluten</u>	Crema de guisantes Hamburguesa en salsa de verdura Plátano <u>Pan sin gluten</u>	Lentejas estofadas con verduras Merluza al horno Champiñones Yogur natural <u>Pan sin gluten</u>
Kcal. 1106 h.c. 150,6 lip. 45,8 p. 22,0	Kcal. 791 h.c. 81,9 lip. 26,6 p. 51,8	Kcal. 890 h.c. 68,2 lip. 50,1 p. 40,6	Kcal. 1091 h.c. 140,0 lip. 37,0 p. 43,7	Kcal. 944 h.c. 107,5 lip. 30,2 p. 52,9
28	29	30		
Crema de calabacín <u>Merluza enharinada (harina de maíz)</u> Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Manzana <u>Pan sin gluten</u>	<u>Macarrones con tomate sin gluten</u> Pollo guisado Patatas provenzales Fruta de temporada <u>Pan sin gluten</u>	Alubia pinta con chorizo Lacón con salsa de verdura Pera <u>Pan sin gluten</u>		
Kcal. 883 h.c. 92,7 lip. 42,2 p. 30,4	Kcal. 1107 h.c. 152,9 lip. 34,5 p. 44,0	Kcal. 1044 h.c. 127,9 lip. 30,5 p. 53,2		

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



- Festivo
- 100% Vegetal
- Día especial

Fruta orientativa según estado óptimo de maduración. Fruta de verano: sandía/ melón/nectarina; Invierno: mandarina, naranja, caqui. Agua como única bebida. Elaboramos con sal yodada. Valoración nutricional teórica: Turno infantil - Ración 7-12 años. Menús supervisados: Colegiado MAD01214

Juntos en tu día a día
menuo.ausolan.com

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1	2	3	4
7	8	9	10	11
<u>Arroz con champiñones</u> <u>Merluza al horno</u> Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Manzana Pan blanco	Alubias blancas estofadas <u>Tortilla francesa casera</u> Brócoli Fruta de temporada Pan integral	Crema de zanahoria Contramuslo de pollo al ajillo <u>Champiñones</u> Pera Pan blanco	Lombarda con manzana Merluza al horno Zanahoria baby Plátano Pan blanco	Judías verdes rehogadas con patatas <u>Delicias de pavo</u> Ensalada de lechuga Yogur natural Pan integral
Kcal. 884 h.c. 133,0 lip. 23,9 p. 35,7	Kcal. 1124 h.c. 118,1 lip. 46,6 p. 48,8	Kcal. 797 h.c. 102,1 lip. 23,2 p. 43,5	Kcal. 783 h.c. 102,3 lip. 25,5 p. 34,9	Kcal. 715 h.c. 65,1 lip. 30,2 p. 43,3
14	15	16	17	18
Paella de verdura Tortilla francesa casera Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Manzana Pan integral	<u>Macarrones salteados</u> Lomo adobado a la plancha Champiñones Fruta de temporada Pan integral	Ensalada de lechuga, patata, tomate, maíz y zanahoria Contramuslo de pollo en salsa de verduras Pera Pan blanco	Garbanzos estofados <u>Abadejo al horno</u> <u>Ensalada de lechuga</u> Plátano Pan blanco	Crema de verdura Salmón con eneldo al horno Ensalada de lechuga Yogur natural Pan blanco
Kcal. 1133 h.c. 137,7 lip. 51,0 p. 32,7	Kcal. 858 h.c. 110,5 lip. 23,0 p. 52,9	Kcal. 787 h.c. 77,4 lip. 32,1 p. 47,7	Kcal. 1088 h.c. 136,6 lip. 29,8 p. 64,2	Kcal. 967 h.c. 88,3 lip. 44,0 p. 52,8
21	22	23	24	25
<u>Arroz con calabacín</u> <u>Tortilla francesa casera</u> <u>Patata cocida</u> Manzana Pan blanco	Brócoli rehogado Contramuslo de pollo a la plancha Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Fruta de temporada Pan blanco	<u>Ensalada de patata - dietas</u> Bacalao al horno Ensalada de tomate Pera Pan integral	Crema de guisantes <u>Magro de cerdo en salsa</u> Plátano Pan integral	Lentejas estofadas con verduras Merluza al horno Champiñones Yogur natural Pan blanco
Kcal. 1111 h.c. 147,5 lip. 43,9 p. 33,6	Kcal. 784 h.c. 78,6 lip. 26,7 p. 56,0	Kcal. 874 h.c. 86,4 lip. 39,7 p. 43,6	Kcal. 963 h.c. 123,2 lip. 22,6 p. 64,3	Kcal. 938 h.c. 104,2 lip. 30,3 p. 57,1
28	29	30		
Crema de calabacín <u>Merluza al horno</u> Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Manzana Pan blanco	<u>Macarrones salteados</u> Pollo guisado <u>Zanahoria</u> Fruta de temporada Pan integral	<u>Alubias pintas con verduras</u> Lacón con salsa de verdura Pera Pan blanco		
Kcal. 772 h.c. 81,4 lip. 34,5 p. 33,7	Kcal. 897 h.c. 119,6 lip. 23,9 p. 50,4	Kcal. 996 h.c. 125,4 lip. 28,3 p. 50,6		

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

Ausolan.

COLEGIO MARIA
CORREDENTORA

Fácil masticación

Septiembre
2026

TURNO INFANTIL

Comida



Festivo

100% Vegetal

Día especial

Fruta orientativa según estado óptimo de maduración. Fruta de verano: sandía/ melón/nectarina; Invierno: mandarina, naranja, caqui. Agua como única bebida. Elaboramos con sal yodada. Valoración nutricional teórica: Turno infantil - Ración 7-12 años. Menús supervisados: Colegiado MAD01214

Juntos en tu día a día
menuo.ausolan.com

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1	2	3	4
7	8	9	10	11
<u>Coliflor con patatas</u> <u>Merluza en salsa de verdura</u> <u>Crema de frutas</u> Pan blanco	<u>Crema de alubias blancas</u> <u>Tortilla francesa casera</u> <u>Tomate frito</u> <u>Crema de frutas</u> Pan integral	<u>Crema de zanahoria</u> <u>Contramuslo de pollo en salsa de tomate y verduras</u> <u>Crema de frutas</u> Pan blanco	<u>Lombarda con manzana</u> <u>Merluza al horno</u> <u>Tomate frito</u> Plátano Pan blanco	<u>Judías verdes rehogadas con patatas</u> <u>Croquetas de jamón</u> <u>Tomate frito</u> Yogur natural Pan integral
Kcal. 596 h.c. 67,3 lip. 20,6 p. 34,4	Kcal. 1098 h.c. 112,0 lip. 46,8 p. 47,6	Kcal. 774 h.c. 95,5 lip. 21,9 p. 46,6	Kcal. 728 h.c. 97,9 lip. 21,9 p. 34,7	Kcal. 996 h.c. 95,7 lip. 56,4 p. 22,8
14	15	16	17	18
<u>Patatas guisadas con verduras</u> <u>Tortilla francesa casera</u> <u>Tomate frito</u> <u>Crema de frutas</u> Pan integral	<u>Macarrones con tomate</u> <u>Lacón con salsa de verdura</u> <u>Crema de frutas</u> Pan integral	<u>Brócoli salteado</u> <u>Contramuslo de pollo en salsa de verduras</u> <u>Crema de frutas</u> Pan blanco	<u>Crema de garbanzos</u> <u>Abadejo rebozado</u> <u>Tomate frito</u> Plátano Pan blanco	<u>Crema de verdura</u> <u>Salmón en salsa de verdura</u> Yogur natural Pan blanco
Kcal. 855 h.c. 89,9 lip. 41,1 p. 31,2	Kcal. 979 h.c. 135,3 lip. 29,7 p. 42,2	Kcal. 758 h.c. 52,4 lip. 35,9 p. 53,4	Kcal. 1199 h.c. 146,0 lip. 37,0 p. 67,0	Kcal. 925 h.c. 88,0 lip. 39,6 p. 52,5
21	22	23	24	25
<u>Crema de verdura</u> <u>Huevos cocidos con tomate</u> <u>Crema de frutas</u> Pan blanco	<u>Brócoli rehogado</u> <u>Contramuslo de pollo en salsa de tomate y verduras</u> <u>Crema de frutas</u> Pan blanco	<u>Patatas guisadas con verduras</u> <u>Bacalao al horno</u> <u>Tomate frito</u> <u>Crema de frutas</u> Pan integral	<u>Crema de guisantes</u> <u>Hamburguesa en salsa de verdura</u> Plátano Pan integral	<u>Crema de lentejas</u> <u>Merluza en salsa de zanahoria</u> Yogur natural Pan blanco
Kcal. 807 h.c. 97,6 lip. 30,6 p. 34,7	Kcal. 762 h.c. 75,7 lip. 28,0 p. 50,1	Kcal. 834 h.c. 87,3 lip. 33,7 p. 44,8	Kcal. 1082 h.c. 135,1 lip. 37,6 p. 47,6	Kcal. 1002 h.c. 117,1 lip. 30,5 p. 58,0
28	29	30		
<u>Crema de calabacín</u> <u>Merluza a la andaluza</u> <u>Tomate frito</u> <u>Crema de frutas</u> Pan blanco	<u>Macarrones con tomate</u> <u>Pollo guisado</u> <u>Crema de frutas</u> Pan integral	<u>Crema de alubias pintas</u> <u>Lacón con salsa de verdura</u> <u>Crema de frutas</u> Pan blanco		
Kcal. 788 h.c. 83,3 lip. 35,4 p. 34,6	Kcal. 1011 h.c. 133,0 lip. 28,5 p. 54,7	Kcal. 959 h.c. 116,4 lip. 28,0 p. 50,5		

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



- Festivo
- 100% Vegetal
- Día especial

Fruta orientativa según estado óptimo de maduración. Fruta de verano: sandía/ melón/nectarina; Invierno: mandarina, naranja, caqui. Agua como única bebida. Elaboramos con sal yodada. Valoración nutricional teórica: Turno infantil - Ración 7-12 años. Menús supervisados: Colegiado MAD01214

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1	2	3	4
7	8	9	10	11
Arroz con tomate <u>Merluza al horno</u> Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Manzana Pan blanco	Alubias blancas estofadas Tortilla de jamón cocido Brócoli Fruta de temporada Pan integral	Crema de zanahoria Contramuslo de pollo al ajillo Cous cous Pera Pan blanco	Lombarda con manzana Merluza al horno Zanahoria baby Plátano Pan blanco	Judías verdes rehogadas con patatas Croquetas de jamón Ensalada de lechuga Yogur natural Pan integral
Kcal. 947 h.c. 136,5 lip. 29,2 p. 36,7	Kcal. 999 h.c. 116,1 lip. 31,8 p. 52,5	Kcal. 858 h.c. 118,7 lip. 21,6 p. 45,6	Kcal. 783 h.c. 102,3 lip. 25,5 p. 34,9	Kcal. 1024 h.c. 94,9 lip. 59,9 p. 22,6
14	15	16	17	18
Paella de verdura Tortilla francesa casera Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Manzana Pan integral	Caracolillos con tomate Lomo adobado a la plancha Champiñones Fruta de temporada Pan integral	Ensalada primaveral (lechuga, patata, tomate, maíz y zanahoria) Contramuslo de pollo en salsa de verduras Pera Pan blanco	Garbanzos estofados con curry Abadejo rebozado Patatas panaderas Plátano Pan blanco	Crema de verdura <u>Bacalao al horno</u> Ensalada de lechuga Yogur natural Pan blanco
Kcal. 1133 h.c. 137,7 lip. 51,0 p. 32,7	Kcal. 1066 h.c. 135,5 lip. 32,2 p. 58,2	Kcal. 787 h.c. 77,4 lip. 32,1 p. 47,7	Kcal. 1301 h.c. 155,3 lip. 43,4 p. 68,1	Kcal. 900 h.c. 79,6 lip. 42,5 p. 48,6
21	22	23	24	25
Arroz con tomate Huevos fritos Patatas fritas Manzana Pan blanco	Brócoli rehogado Contramuslo de pollo a la plancha Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Fruta de temporada Pan blanco	<u>Ensaladilla rusa dietas</u> Bacalao al horno Ensalada de tomate Pera Pan integral	Crema de guisantes <u>Magro de cerdo en salsa</u> Plátano Pan integral	Lentejas estofadas con verduras Merluza al horno Champiñones Yogur natural Pan blanco
Kcal. 1099 h.c. 147,3 lip. 45,9 p. 26,2	Kcal. 784 h.c. 78,6 lip. 26,7 p. 56,0	Kcal. 792 h.c. 68,6 lip. 39,7 p. 40,8	Kcal. 963 h.c. 123,2 lip. 22,6 p. 64,3	Kcal. 938 h.c. 104,2 lip. 30,3 p. 57,1
28	29	30		
Crema de calabacín Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Manzana Pan blanco	Espirales con bechamel de calabaza Pollo guisado Patatas provenzales Fruta de temporada Pan integral	<u>Alubias pintas con verduras</u> Lacón con salsa de verdura Pera Pan blanco		
Kcal. 878 h.c. 89,8 lip. 42,2 p. 34,8	Kcal. 1113 h.c. 147,2 lip. 33,9 p. 54,4	Kcal. 996 h.c. 125,4 lip. 28,3 p. 50,6		

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