Ausolan.

CEIP CRISTO DE LA CAMPANA

Basal

Noviembre 2026

TURNO INFANTIL

Comida

CP Cristo de la Campana



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
2 **Festivo**	3 Crema de zanahoria ecológica Tortilla de patata casera Ensalada lechuga, aceitunas y pimiento verde Fruta de temporada Pan integral **Kcal. 560 h.c. 66,8 lip. 23,6 p. 18,9**	4 Lentejas estofadas Abadejo a la romana Ensalada de lechuga Pera Pan blanco **Kcal. 700 h.c. 79,2 lip. 22,6 p. 43,1**	5 Caracolillos con tomate Pollo asado Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Yogur natural Pan blanco **Kcal. 727 h.c. 79,0 lip. 31,5 p. 30,6**	6 Sopa de arroz integral con hilos de huevo Lomo fresco en salsa de verduras Plátano Pan integral **Kcal. 541 h.c. 60,9 lip. 19,4 p. 33,1**
9 Judías verdes a la gallega (con patata) Tortilla francesa casera Ensalada de remolacha (Lechuga, remolacha y zanahoria) Manzana Pan blanco **Kcal. 609 h.c. 49,9 lip. 35,9 p. 20,7**	10 Sopa de cocido con fideos integrales Cocido completo Fruta de temporada Pan integral **Kcal. 668 h.c. 82,1 lip. 23,5 p. 28,9**	11 Crema de calabaza ecológica Contramuslo de pollo a la plancha Ensalada lechuga, aceitunas y pimiento verde Yogur natural Pan blanco **Kcal. 558 h.c. 54,7 lip. 22,7 p. 32,4**	12 Alubias blancas con verdura Daditos de bacalao Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Pera Pan blanco **Kcal. 796 h.c. 93,5 lip. 31,2 p. 29,9**	13 Ensalada mediterránea Paella mixta Plátano Pan integral **Kcal. 597 h.c. 102,6 lip. 13,9 p. 16,7**
16 Puré de verdura ecológico Abadejo rebozado Ensalada de lechuga Manzana Pan blanco **Kcal. 569 h.c. 62,7 lip. 20,7 p. 32,4**	17 Arroz integral con tomate Jamoncitos de pollo al limón Ensalada lechuga, aceitunas y pimiento verde Fruta de temporada Pan integral **Kcal. 670 h.c. 79,2 lip. 29,1 p. 23,6**	18 Alubias pintas a la hortelana Hamburguesa mixta a la plancha Ensalada del tiempo Pera Pan blanco **Kcal. 687 h.c. 78,8 lip. 25,8 p. 29,8**	19 Brócoli salteado Huevos fritos Patatas panaderas Yogur natural Pan blanco **Kcal. 590 h.c. 39,3 lip. 37,5 p. 21,5**	20 Farfalle a la norma Lentejas con boniato Plátano Pan integral **Kcal. 755 h.c. 130,1 lip. 12,5 p. 27,3**
23 Patatas guisadas con verduras Merluza en salsa de calabacín Manzana Pan blanco **Kcal. 476 h.c. 63,6 lip. 14,2 p. 23,1**	24 Alubias blancas estofadas Pollo al horno con salsa de setas Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan integral **Kcal. 591 h.c. 74,5 lip. 15,9 p. 31,8**	25 Arroz tres delicias (huevo, guisantes, jamón cocido, zanahoria) Boquerones rebozados Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Naranja Pan blanco **Kcal. 738 h.c. 92,0 lip. 26,1 p. 35,0**	26 Crema de calabacín ecológica Huevos cocidos con bechamel gratinados Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Yogur natural Pan blanco **Kcal. 679 h.c. 58,6 lip. 39,1 p. 22,4**	27 Sopa de cocido con fideos integrales Cocido completo Plátano Pan integral **Kcal. 720 h.c. 95,0 lip. 23,6 p. 29,7**
30 Crema de zanahoria ecológica Espirales de lentejas con tomate Manzana Pan blanco **Kcal. 609 h.c. 108,9 lip. 10,9 p. 16,7**				

Escolar-mes5-1o