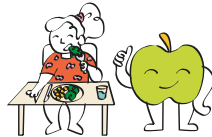


Menú Escolar

Febrer
2026

Ausolan.

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2 Prt. 32 HC. 87 Lip. 27 Kcal. 715 Arròs amb tomàquet i ceba Estofat de gall dindi amb hortalisses Fruita fresca de temporada	3 Prt. 21 HC. 64 Lip. 15 Kcal. 475 Sopa de brou amb pistons Trita de carbassó i ceba amb enciam i pebrot Fruita fresca de temporada	4 Prt. 21 HC. 64 Lip. 15 Kcal. 475 Seques estofades Pollastre a l'allada amb brots verds Fruita fresca de temporada	5 Prt. 21 HC. 64 Lip. 15 Kcal. 475 Macarrons al pesto d'espínacs Lluç al forn amb enciam i olives logurt	6 Prt. 22 HC. 69 Lip. 27 Kcal. 617 Mongeta verda amb patata Mandonguilles de soja texturitzada amb salsa de tomàquet Fruita fresca de temporada
 ...i per la nit: Amanida/Peix+cereal/Làctic	Verdura/Proteïna vegetal/Làctic	Cereal/Ou+verdura/Làctic	Amanida/Au+cereal/Fruita	Verdura/Porc+patata/Làctic
9 Prt. 28 HC. 88 Lip. 37 Kcal. 819 Llenties amb quinoa Croquetes d'espínacs amb enciam i tomàquet logurt	10 Prt. 23 HC. 63 Lip. 32 Kcal. 644 Coliflor amb patata Hamburguesa a la planxa amb ceba caramel·litzada Fruita fresca de temporada	11 Prt. 27 HC. 96 Lip. 31 Kcal. 775 Arròs amb verdures Bacallà al forn amb samfaina Fruita fresca de temporada	12 DIJOURS GRAS Escudella de galets Trita de patata, ceba i botifarra amb enciam i pastanaga Fruita fresca de temporada	13 CARNESTOLTES Llacets amb tomàquet, olives i alfàbrega Aletes de pollastre al forn amb enciam i blat de moro Carnaval de fruites
 ...i per la nit: Cereal/Au+verdura/Làctic	Amanida/Ou+patata/Làctic	Cereal/Peix+verdura/Fruita	Verdura/Vedella+cereal/Làctic	Amanida/Proteïna vegetal/Làctic
16 Prt. 28 HC. 55 Lip. 29 Kcal. 598 Mongeta verda amb patata Trita de formatge amb enciam i brots de soja Fruita fresca de temporada	17 Prt. 23 HC. 111 Lip. 22 Kcal. 753 Purè de pastanaga Espaguetis amb soja texturitzada Fruita fresca de temporada	18 JORNADA GASTRONÒMICA DEL PERÚ Papas a la huancaína Chicarrón de pescado amb xips vegetals amb iuca Picarones	19 Prt. 38 HC. 86 Lip. 21 Kcal. 704 Cigrons amb hortalisses Pollastre al forn amb pebrot i ceba Fruita fresca de temporada	20 Prt. 10 HC. 87 Lip. 17 Kcal. 541 Arròs amb xampinyons Lluç a la basca amb mesclum Fruita fresca de temporada
 ...i per la nit: Cereal/Peix+patata/Làctic	Verdura/Au+cereal/Làctic	Amanida/Proteïna vegetal/Fruita	Cereal/Ou+verdura/Làctic	Llegum/Vedella+verdura/Làctic
23 Prt. 38 HC. 82 Lip. 55 Kcal. 989 Llenties guisades Salsitxes al forn amb enciam i blat de moro logurt	24 Prt. 19 HC. 96 Lip. 36 Kcal. 784 Arròs amb tomàquet Seitó enfarinat amb enciam i poma Fruita fresca de temporada	25 Prt. 24 HC. 71 Lip. 28 Kcal. 628 Sopa d'au amb maravella Pollastre a la canyella amb patates fregides Fruita fresca de temporada	26 Prt. 38 HC. 120 Lip. 25 Kcal. 900 Purè de llegum Pizza margarita casolana amb enciam i pastanaga Fruita fresca de temporada	27 Prt. 31 HC. 85 Lip. 20 Kcal. 650 Espirals amb verdures Trita francesa amb enciam i tomàquet Fruita fresca de temporada
 ...i per la nit: Amanida/Proteïna vegetal/Fruita	Verdura/Porc+cereal/Làctic	Llegum/Ou+verdura/Làctic	Amanida/Peix+patata/Làctic	Verdura/Au+cereal/Làctic



Projecte
Educatiu



Sostenibilitat



Recomanacions
nutricionals

*Per qualsevol consulta us podeu posar en contacte amb el departament de nutrició a través del correu: dietistarcn@ausolan.com.
El nostre menú es basa en la cuina mediterrània, casolana i de qualitat. Menú elaborat per la dietista-nutricionista Sara Vinitzki col. CAT002669.
A cicle infantil es substituirà l'amanida de primer plat per un puré de verdures de temporada.