



















Marzo
2025

Ausolan.

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
3 Fiesta	4 Fiesta	5  Sopa minestrone Tortilla de patatas Pimientos rojos Fruta Pan Kcal. 639 h.c. 85 lip. 25 p. 22	6  Verduras Filete de pollo empanado Lechuga Fruta Pan integral Kcal. 726 h.c. 77 lip. 32 p. 37	7  Macarrones con boloñesa vegetal Pescado fresco Limon Yogur natural Pan Kcal. 739 h.c. 97 lip. 24 p. 39
10  Verduras Lomo de cerdo fresco empanado Pimientos rojos Fruta Pan Kcal. 708 h.c. 83 lip. 28 p. 35	11  Lentejas ecologicas Arroz ecologico con tomate Salsa de tomate Fruta Pan Kcal. 879 h.c. 163 lip. 16 p. 31	12  Verduras Filete de merluza a la romana Mahonesa casera Fruta Pan Kcal. 713 h.c. 74 lip. 35 p. 29	13  Alubias rojas Tortilla de patatas horno Lechuga Fruta Pan integral Kcal. 796 h.c. 105 lip. 30 p. 33	14  Macarrones ecológicos con tomate Muslo de pollo asado Champiñones Yogur natural Pan Kcal. 729 h.c. 95 lip. 24 p. 38
17  Patatas a la riojana Bacalao al horno Salsa de tomate Fruta Pan Kcal. 739 h.c. 88 lip. 22 p. 51	18 Garbanzos Guisado de pavo Champiñones Fruta Pan Kcal. 721 h.c. 89 lip. 21 p. 49	19  Verduras Lomo de cerdo fresco empanado Pimientos rojos Fruta Pan Kcal. 708 h.c. 83 lip. 28 p. 35	20  Lentejas ecologicas Filete de pollo empanado Patatas chips Natilla casera Pan integral Kcal. 894 h.c. 98 lip. 35 p. 53	21  Arroz ecologico con verduras Pescado fresco Lechuga Fruta Pan Kcal. 773 h.c. 108 lip. 29 p. 27
24  Lentejas ecologicas Arroz ecologico con tomate Salsa de tomate Fruta Pan Kcal. 879 h.c. 163 lip. 16 p. 31	25 Verduras Filete de merluza a la romana Limon Fruta Pan Kcal. 659 h.c. 75 lip. 30 p. 26	26 Macarrones con boloñesa vegetal Pechuga de pavo plancha Champiñones Fruta Pan Kcal. 815 h.c. 105 lip. 26 p. 48	27  Alubias blancas San jacob casero Lechuga Fruta Pan integral Kcal. 760 h.c. 103 lip. 26 p. 35	28  Sopa minestrone Tortilla de patatas horno Pimientos rojos Yogur natural Pan Kcal. 620 h.c. 76 lip. 26 p. 24
31 Macarrones ecológicos con tomate Filete de merluza al horno Salsa de tomate Fruta Pan Kcal. 748 h.c. 105 lip. 25 p. 31				



Proyecto Educativo



Massana Impulsa



Recomendaciones nutricionales



Innova recetas



Iconografía

Juntos en tu día a día