

Colegio Sagrados Corazones De Torrelavega

Abril 2026

Ausolan.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>6</p> <p>Crema de zanahoria y cebolla Filete de ternera empanado Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca de temporada</p> <p>🌙 por la noche: Verdura / Carne/Huevo/ Lácteo</p>	<p>7</p> <p>Lentejas estofadas con puerro, zanahoria y patata Salmon a la plancha Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada</p> <p>Verdura /Pescado/ Arroz / Fruta</p>	<p>8</p> <p>Ensalada campera de verano Jamoncitos de pollo asado al chilindrón Fruta fresca de temporada</p> <p>Verdura / Pescado/ Legumbre/ Fruta</p>	<p>9</p> <p>Garbanzos a la jardinera con puerro y calabacín Tortilla de patata casera Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur natural sin azúcar</p> <p>Verdura /Pasta/ Pescado/ Fruta</p>	<p>10</p> <p>Arroz con salsa de tomate casera Albóndigas de pescado en salsa de pimiento verde y perejil Fruta fresca de temporada</p> <p>Verdura /Legumbre/ Huevo/ Lácteo</p>
<p>13</p> <p>Potaje de lentejas con calabacín y zanahoria guisadas con pimentón Delicias de pescado al horno Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca de temporada</p> <p>🌙 y por la noche: Verdura / Pescado/ Arroz / Fruta</p>	<p>14</p> <p>Caracolillos con sofrito de tomate casero Albóndigas mixtas guisadas con pimientos, zanahoria y cebolla Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada</p> <p>Verdura / Legumbre / Huevo/ Lácteo</p>	<p>15</p> <p>Sopa minestrone 🍏 Pollo asado con zanahoria, cebolla y salteado de arroz integral Fruta fresca de temporada</p> <p>Verdura / Legumbre/Pescado / Fruta</p>	<p>16</p> <p>Alubias estofadas con puerro y calabacín Croquetas de bacalao caseras Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca de temporada</p> <p>Verdura / Carne /Pescado/Lácteo</p>	<p>17</p> <p>Pure calabacín Huevos al horno con salsa de tomate y orégano Ensalada de lechuga y maíz Yogur natural sin azúcar</p> <p>Verdura / Pescado/Patata /Lácteo</p>
<p>20</p> <p>Fideua mixta con pollo, pimiento y zanahoria Tortilla francesa al horno Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca de temporada</p> <p>🌙 por la noche: Verdura / Carne /Pescado/Fruta</p>	<p>21</p> <p>Garbanzos a la jardinera con puerro, calabacín y zanahoria Estofado de pollo con verduras de temporada Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada</p> <p>Verdura / Huevo / Arroz /Lácteo</p>	<p>22</p> <p>Crema de puerro, coliflor, cebolla y judía verde 🍏 Macarrones con boloñesa vegetal Fruta fresca de temporada</p> <p>Verdura / Pescado / Huevo / Fruta</p>	<p>23</p> <p>Lentejas con zanahoria, calabacín y patata Pescadilla en salsa con guisantes Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada</p> <p>Verdura / Pasta/ Huevo/ Lácteo</p>	<p>24</p> <p>Sopa de fideos Lomo de cerdo adobado al horno con patatas asadas Yogur natural sin azúcar</p> <p>Verdura / Legumbre /Huevo / Fruta</p>
<p>27</p> <p>Arroz con salsa de tomate casera Hamburguesa mixta a la plancha Ensalada de lechuga con aceitunas Fruta fresca de temporada</p> <p>🌙 por la noche: Verdura / Pescado/ Lácteo</p>	<p>28</p> <p>Guiso de garbanzos con puerro y zanahoria Tortilla de patata casera con salteado de zanahoria al vapor Fruta fresca de temporada</p> <p>Verdura / Pescado / Pasta / Fruta</p>	<p>29</p> <p>Macarrones integrales con salsa de tomate casera 🍏 Filete de merluza al horno Ensalada de lechuga y maíz Yogur natural sin azúcar</p> <p>Verdura / Legumbre / Arroz / Fruta</p>	<p>30</p> <p>Crema de calabacín, puerro y cebolla Pavo guisado con guisantes, zanahoria y patata Fruta fresca de temporada</p> <p>Verdura / Pescado/Patata /Lácteo</p>	



Proyecto educativo



Sostenibilidad



Recomendaciones nutricionales



Iconografía

*Uso de sal yodada en la elaboración de los platos. Las ensaladas se aliñan con Aceite de Oliva Virgen Extra. Se ofrece pan integral dos días a la semana. Frutas de temporada: manzana, pera, plátano, naranja, melón y sandía

*En el comedor se sirven las cantidades de acuerdo a la edad de los comensales. El menú incluye agua de grifo y pan. Estos menús fueron revisados y aprobados por el equipo de dietistas-nutricionistas de Ausolan

*Por causas de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				1 FESTIVO
4 Macarrones integrales a la napolitana Tortilla francesa al horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada	5 Estofado de alubias con puerro y calabacín Porciones de salmón al horno con salsa de mostaza y miel Fruta fresca de temporada	6 Puré de calabaza, puerro y zanahoria Pollo asado al limón Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca de temporada	7 Sopa de ave con fideos Merluza a la romana Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada	8 Ensalada de garbanzos Estofado de cerdo con pimientos, guisantes y guarnición de patata asada Yogur natural sin azúcar
 por la noche: Verdura / Pescado / Legumbre/ Lácteo	Verdura / Pasta/ Huevo/ Lácteo	Verdura / Pescado/ Huevo / Lácteo	Verdura / Carne / Arroz / Fruta	Verdura / Legumbre /Huevo/ Fruta
11 Crema de zanahoria y cebolla Filete de ternera empanado Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca de temporada	12 Lentejas estofadas con puerro, zanahoria y patata Salmon a la plancha Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada	13 Ensalada campera de verano Jamoncitos de pollo asado al chilindrón Fruta fresca de temporada	14 Garbanzos a la jardinera con puerro y calabacín Tortilla de patata casera Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur natural sin azúcar	15 Arroz con salsa de tomate casera Albóndigas de pescado en salsa de pimiento verde y perejil Fruta fresca de temporada
 por la noche: Verdura / Carne/Huevo/ Lácteo	Verdura /Pescado/ Arroz / Fruta	Verdura / Pescado/ Legumbre/ Fruta	Verdura /Pasta/ Pescado/ Fruta	Verdura /Legumbre/ Huevo/ Lácteo
18 Potaje de lentejas con calabacín y zanahoria guisadas con pimentón Delicias de pescado al horno Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca de temporada	19 JORNADA GASTRONÓMICA THAILENDESA	20 Sopa minestrone Pollo asado con zanahoria, cebolla y salteado de arroz integral Fruta fresca de temporada	21 Alubias estofadas con puerro y calabacín Croquetas de bacalao caseras Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca de temporada	22 Pure calabacín Huevos al horno con salsa de tomate y orégano Ensalada de lechuga y maíz Yogur natural sin azúcar
 y por la noche: Verdura / Pescado / Arroz / Fruta		Verdura / Legumbre/Pescado / Fruta	Verdura / Carne /Pescado/Lácteo	Verdura / Pescado/Patata /Lácteo
25 Fideua mixta con pollo, pimiento y zanahoria Tortilla francesa al horno Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca de temporada	26 Garbanzos a la jardinera con puerro, calabacín y zanahoria Estofado de pollo con verduras de temporada Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada	27 Crema de puerro, coliflor, cebolla y judía verde Macarrones con boloñesa vegetal Fruta fresca de temporada	28 Lentejas con zanahoria, calabacín y patata Pescadilla en salsa con guisantes Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada	29 Sopa de fideos Lomo de cerdo adobado al horno con patatas asadas Yogur natural sin azúcar
 por la noche: Verdura / Carne /Pescado/Fruta	Verdura / Huevo / Arroz /Lácteo	Verdura / Pescado / Huevo / Fruta	Verdura / Pasta/ Huevo/ Lácteo	Verdura / Legumbre /Huevo / Fruta



*Uso de sal yodada en la elaboración de los platos. Las ensaladas se aliñan con Aceite de Oliva Virgen Extra. Se ofrece pan integral dos días a la semana. Frutas de temporada: manzana, pera, plátano, naranja, melón y sandía

*En el comedor se sirven las cantidades de acuerdo a la edad de los comensales. El menú incluye agua de grifo y pan. Estos menús fueron revisados y aprobados por el equipo de dietistas-nutricionistas de Ausolan

*Por causas de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1 Arroz con salsa de tomate casera Hamburguesa mixta a la plancha Ensalada de lechuga con aceitunas Fruta fresca de temporada ☾...y por la noche: Verdura / Pescado/ Lácteo	2 Guiso de garbanzos con puerro y zanahoria Tortilla de patata casera con salteado de zanahoria al vapor Fruta fresca de temporada	3 Macarrones integrales con salsa de tomate casera 🍷 Filete de merluza al horno Ensalada de lechuga y maíz Yogur natural sin azúcar	4 Crema de calabacín, puerro y cebolla Pavo guisado con guisantes, zanahoria y patata Fruta fresca de temporada	5 Lentejas con puerro, calabacín y zanahoria guisadas con pimentón Bacaladilla a la romana casera Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca de temporada
8 Caracolillos a la napolitana Tortilla francesa al horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada ☾ por la noche: Verdura / Pescado / Legumbre/ Lácteo	9 Estofado de alubias con puerro y calabacín Porciones de salmón al horno con salsa de mostaza y miel Fruta fresca de temporada	10 Puré de calabaza, puerro y zanahoria Pollo asado al limón Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca de temporada	11 Sopa de ave con fideos Merluza a la romana Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada	12 Ensalada de garbanzos Estofado de cerdo con pimientos, guisantes y guarnición de patata asada Yogur natural sin azúcar
15 Crema de zanahoria y cebolla Filete de ternera empanado Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca de temporada ☾...y por la noche: Verdura / Carne/Huevo/ Lácteo	16 Lentejas estofadas con puerro, zanahoria y patata Salmon a la plancha Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada	17 Crema de puerro, coliflor, cebolla y judía verde 🍷 Macarrones con boloñesa vegetal Fruta fresca de temporada	18 MENU ESPECIAL FIN DE CURSO 🏠	19 Arroz con salsa de tomate casera Albóndigas de pescado en salsa de pimiento verde y perejil Fruta fresca de temporada
22 Potaje de lentejas con calabacín y zanahoria guisadas con pimentón Delicias de pescado al horno Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca de temporada ☾...y por la noche: Verdura / Pescado / Arroz / Fruta				



*Uso de sal yodada en la elaboración de los platos. Las ensaladas se aliñan con Aceite de Oliva Virgen Extra. Se ofrece pan integral dos días a la semana. Frutas de temporada: manzana, pera, plátano, naranja, melón y sandía
 *En el comedor se sirven las cantidades de acuerdo a la edad de los comensales. El menú incluye agua de grifo y pan. Estos menús fueron revisados y aprobados por el equipo de dietistas-nutricionistas de Ausolan
 *Por causas de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú