

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<div>5</div> <div></div> <div>FESTIVO</div>	<div>6</div> <div></div> <div>FESTIVO</div>	<div>7</div> <div></div> <div>FESTIVO</div>	<div>8</div> <div>Arroz con sofrito de tomate casero Hamburguesa mixta a la plancha Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca de temporada</div> <div>Verdura / Pescado/ Lácteo</div>	<div>9</div> <div>Garbanzos estofados con puerro, zanahoria y patata Albóndigas de pescado guisadas en salsa de pimiento verde y perejil Yogur natural</div> <div>Verdura /Huevo/ Arroz / Fruta</div>
<div>12</div> <div>Estofado de lentejas con puerro y calabacín Tortilla de patata casera al horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada</div> <div>🌙 por la noche: Verdura / Arroz /Carne / Fruta</div>	<div>13</div> <div>Patatas guisadas con ternera DOP Cantabria Porciones de salmón al horno con salsa de mostaza y miel Fruta fresca de temporada</div> <div>Verdura / Huevo / Legumbre/ Lácteo</div>	<div>14</div> <div>Puré de calabaza, puerro y zanahoria Pollo asado al limón con cebolla, zanahoria y patata dado Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca de temporada</div> <div>Verdura / Pescado/ Huevo / Lácteo</div>	<div>15</div> <div>Sopa de ave con fideos Estofado de cerdo con zanahoria, guisantes y patatas Fruta fresca de temporada</div> <div>Verdura / Legumbre /Pescado/ Fruta</div>	<div>16</div> <div>Caracolillos integrales a la napolitana con queso gratinado Croquetas de bacalao fritas Ensalada con lechuga y zanahoria rallada 🐼 Yogur natural</div> <div>Verdura / Legumbre / Huevo / Fruta</div>
<div>19</div> <div>Crema de zanahoria, cebolla y puerro Empanadillas de atún al horno con calabacín orly Fruta fresca de temporada</div> <div>🌙 y por la noche: Verdura / Carne/Huevo/ Lácteo</div>	<div>20</div> <div>Garbanzos guisados con chorizo Tortilla francesa con jamon york al horno Ensalada de lechuga y tomate Yogur natural</div> <div>Verdura /Pescado/ Arroz / Fruta</div>	<div>21</div> <div>Judías verdes con sofrito de tomate casero Jamoncitos de pollo asados con patatas fritas Fruta fresca de temporada</div> <div>Verdura / Pescado/ Legumbre/ Fruta</div>	<div>22</div> <div>Alubias a la jardinera con puerro y calabacín Albóndigas mixtas guisadas con guisantes, zanahoria y cebolla Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada</div> <div>Verdura /Pasta/ Huevo/ Fruta</div>	<div>23</div> <div>Arroz a la hortelana Bacaladilla a la romana Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca de temporada</div> <div>Verdura /Legumbre/ Huevo/ Lácteo</div>
<div>26</div> <div>Macarrones integrales con salsa de tomate casera 🐼 Albóndigas de pescado guisadas en salsa de pimiento verde y perejil Fruta fresca de temporada</div> <div>🌙 por la noche: Verdura / Legumbre / Huevo / Fruta</div>	<div>27</div> <div>Sopa de ave con fideos Tortilla de patata casera al horno Ensalada de lechuga y maíz Yogur natural</div> <div>Verdura / Carne /Pescado/Fruta</div>	<div>28</div> <div>Cocido montañés con su compango de berza, chorizo y morcilla Merluza al horno con guisantes Fruta fresca de temporada</div> <div>Verdura / Pasta/Carne / Lácteo</div>	<div>29</div> <div>Puré de calabacín, puerro y patata Pollo asado con cama de zanahoria y cebolla Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca de temporada</div> <div>Verdura / Huevo/ Arroz / Fruta</div>	<div>30</div> <div>Lentejas con puerro y calabacín guisadas con pimentón Filete de ternera empanado Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca de temporada</div> <div>Verdura / Pescado/Patata /Lácteo</div>



Proyecto educativo



Sostenibilidad



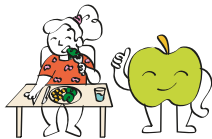
Recomendaciones nutricionales



Iconografía

*Uso de sal yodada en la elaboración de los platos. Las ensaladas se aliñan con Aceite de Oliva. Frutas de temporada: manzana, pera, plátano, naranja, mandarina. Se ofrece pan integral dos días a la semana. 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
2 Paella mixta de carne Tortilla francesa con queso al horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada 🌙 por la noche: Verdura / Legumbre / Pescado / Fruta	3 Garbanzos estofados con puerro y calabacín Lomo de cerdo adobado al horno con patatas asadas Fruta fresca de temporada Verdura / Huevo / Arroz / Lácteo	4 Macarrones a la boloñesa Salmón a la plancha con guarnición de verduras de temporada Yogur natural Verdura / Carne / Huevo / Fruta	5 Crema de puerro, coliflor, cebolla y judía verde Estofado de pollo con arroz INTEGRAL salteado 🍷 Fruta fresca de temporada Verdura / Legumbre / Pescado / Lácteo	6 JORNADA GASTRONÓMICA
9 Lentejas con puerro, calabacín y zanahoria guisadas con pimentón Hamburguesa mixta a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca de temporada 🌙 y por la noche: Verdura / Pasta / Pescado / Fruta	10 Arroz con sofrito de tomate casero Huevos al horno con salsa aurora Fruta fresca de temporada Verdura / Pescado / Lácteo	11 Crema de calabacín, puerro y cebolla Pavo guisado con guisantes, zanahoria y patata Fruta fresca de temporada Verdura / Legumbre / Huevo / Fruta	12 Judías verdes con refrito de ajitos y tomate San jacobito al horno Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca de temporada Verdura / Legumbre / Huevo / Lácteo	13 Garbanzos a la jardinera con arroz integral 🍷 Filete de merluza al horno con guisantes Yogur natural Verdura / Huevo / Arroz / Fruta
16 FESTIVO	17 FESTIVO	18 FESTIVO	19 FESTIVO	20 FESTIVO
23 Crema de zanahoria, cebolla y puerro Empanadillas de atún al horno con calabacín orly Fruta fresca de temporada 🌙 y por la noche: Verdura / Carne / Huevo / Lácteo	24 Garbanzos guisados con chorizo Tortilla francesa con jamon york al horno Ensalada de lechuga y tomate Yogur natural Verdura / Pescado / Arroz / Fruta	25 Judías verdes con sofrito de tomate casero Jamoncitos de pollo asados con patatas fritas Fruta fresca de temporada Verdura / Pescado / Legumbre / Fruta	26 Alubias a la jardinera con puerro y calabacín Albóndigas mixtas guisadas con guisantes, zanahoria y cebolla Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada Verdura / Pasta / Huevo / Fruta	27 Arroz a la hortelana Bacaladilla a la romana Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca de temporada Verdura / Legumbre / Huevo / Lácteo



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



Proyecto educativo



Sostenibilidad



Recomendaciones nutricionales



Iconografía

Colegio Sagrados Corazones De Torrelavega

Marzo
2026

Ausolan.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<div>2</div> <div>Macarrones integrales con salsa de tomate casera Albóndigas de pescado guisadas en salsa de pimiento verde y perejil Fruta fresca de temporada 🍏</div> <div>🌙 por la noche: Verdura / Legumbre / Huevo / Fruta</div>	<div>3</div> <div>Sopa de ave con fideos Tortilla de patata casera al horno Ensalada de lechuga y maíz Yogur natural</div> <div>Verdura / Carne /Pescado/Fruta</div>	<div>4</div> <div>Cocido montañés con su compango de berza, chorizo y morcilla Merluza al horno con guisantes Fruta fresca de temporada</div> <div>Verdura / Pasta/Carne / Lácteo</div>	<div>5</div> <div>Puré de calabacín, puerro y patata Pollo asado con cama de zanahoria y cebolla Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca de temporada</div> <div>Verdura / Huevo/ Arroz / Fruta</div>	<div>6</div> <div>Lentejas con puerro y calabacín guisadas con pimentón Filete de ternera empanado Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca de temporada</div> <div>Verdura / Pescado/Patata /Lácteo</div>
<div>9</div> <div>Paella mixta de carne Tortilla francesa con queso al horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada</div> <div>🌙 por la noche: Verdura / Legumbre /Pescado/Fruta</div>	<div>10</div> <div>Garbanzos estofados con puerro y calabacín Lomo de cerdo adobado al horno con patatas asadas Fruta fresca de temporada</div> <div>Verdura / Huevo / Arroz /Lácteo</div>	<div>11</div> <div>Macarrones a la boloñesa Salmón a la plancha con guarnición de verduras de temporada Yogur natural</div> <div>Verdura / Carne / Huevo/ Fruta</div>	<div>12</div> <div>Crema de puerro, coliflor, cebolla y judía verde Estofado de pollo con arroz INTEGRAL salteado 🍏 Fruta fresca de temporada</div> <div>Verdura / Legumbre /Pescado/ Lácteo</div>	<div>13</div> <div>Alubias a la jardinera con puerro, calabacín y zanahoria Croquetas de bacalao fritas Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada</div> <div>Verdura / Pasta/Huevo / Fruta</div>
<div>16</div> <div>Lentejas con puerro, calabacín y zanahoria guisadas con pimentón Hamburguesa mixta a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca de temporada</div> <div>🌙 por la noche: Verdura / Pasta /Pescado/Fruta</div>	<div>17</div> <div>Arroz con sofrito de tomate casero Huevos al horno con salsa aurora Fruta fresca de temporada</div> <div>Verdura / Pescado/ Lácteo</div>	<div>18</div> <div>Crema de calabacín, puerro y cebolla Pavo guisado con guisantes, zanahoria y patata Fruta fresca de temporada</div> <div>Verdura / Legumbre / Huevo/ Fruta</div>	<div>19</div> <div>Judías verdes con refrito de ajitos y tomate San jacobó al horno Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca de temporada</div> <div>Verdura / Legumbre / Huevo/ Lácteo</div>	<div>20</div> <div>Garbanzos a la jardinera con arroz integral 🍏 Filete de merluza al horno con guisantes Yogur natural</div> <div>Verdura /Huevo/ Arroz / Fruta</div>
<div>23</div> <div>Estofado de lentejas con puerro y calabacín Tortilla de patata casera al horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca de temporada</div> <div>🌙 por la noche: Verdura / Arroz /Carne / Fruta</div>	<div>24</div> <div>JORNADA GASTRONÓMICA</div>	<div>25</div> <div>Puré de calabaza, puerro y zanahoria Pollo asado al limón con cebolla, zanahoria y patata dado Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca de temporada</div> <div>Verdura / Pescado/ Huevo / Lácteo</div>	<div>26</div> <div>Sopa de ave con fideos Estofado de cerdo con zanahoria, guisantes y patatas Fruta fresca de temporada</div> <div>Verdura / Legumbre /Pescado/ Fruta</div>	<div>27</div> <div>Caracollitos integrales a la napolitana con queso gratinado 🍏 Croquetas de bacalao fritas Ensalada con lechuga y zanahoria rallada Yogur natural</div> <div>Verdura / Legumbre / Huevo / Fruta</div>
<div>30</div> <div>FESTIVO</div> <div>🌙</div>	<div>31</div> <div>FESTIVO</div>	<div></div> <div></div>		

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



Proyecto
educativo



Sostenibilidad



Recomendaciones
nutricionales



Iconografía