

Ausolan. Marzo 2026 EBASAL: BASAL INFANTIL / COMIDA / INFANTIL		 FLEMING HERRI ESKOLA (PRIM + ESO)							
Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
2 KCal. 745 H.C. 87 Lip. 30 P. 34		3 KCal. 877 H.C. 136 Lip. 30 P. 25		4 KCal. 763 H.C. 89 Lip. 31 P. 36		5 KCal. 658 H.C. 84 Lip. 22 P. 36		6 KCal. 664 H.C. 92 Lip. 18 P. 40	
MENESTRA DE VERDURAS		ESPIRALES CON TOMATE		LENTEJAS CON QUINOA ECOLOGICA		PURE DE ZANAHORIA		ALUBIAS PINTAS	
BACALAO A LA RIOJANA		TORTILLA DE PATATAS Y CALABACIN AL HORNO • ENSALADA CUATRO ESTACIONES		FILETE DE MERLUZA A LA ROMANA • ENSALADA CUATRO ESTACIONES		ESTOFADO DE TERNERA CON ARROZ		MUSLO DE POLLO ASADO CON CHAMPIÑONES	
FRUTA PAN INTEGRAL		FRUTA PAN		FRUTA PAN		YOGUR PAN		FRUTA PAN	
9 KCal. 1076 H.C. 143 Lip. 47 P. 29		10 KCal. 730 H.C. 69 Lip. 39 P. 30		11 KCal. 695 H.C. 88 Lip. 30 P. 25		12 KCal. 777 H.C. 109 Lip. 22 P. 41		13 KCal. 725 H.C. 89 Lip. 26 P. 39	
ARROZ CON TOMATE		PURE DE VERDURAS		SOPA DE AVE Y COCIDO CON ESTRELLAS		LENTEJAS CON QUINOA ECOLOGICA		JUDIAS VERDES CON PATATAS	
ALBONDIGAS EN SALSA CON ZANAHORIAS		MEDALLON DE MERLUZA A LA ROMANA • TOMATE FRESCO EUSKAL BASERRI		TORTILLA DE PATATAS Y CHAMPIÑONES AL HORNO • ENSALADA CUATRO ESTACIONES		ATUN AL AJOARRIERO		ESCALOPE DE POLLO CON SALSA AGRIDULCE Y VERDURITAS	
FRUTA PAN INTEGRAL		YOGUR PAN		FRUTA PAN		FRUTA PAN		FRUTA PAN	
16 KCal. 605 H.C. 92 Lip. 12 P. 38		17 KCal. 793 H.C. 142 Lip. 21 P. 17		18 KCal. 927 H.C. 119 Lip. 39 P. 31					
SOPA DE AVE Y COCIDO CON ESTRELLAS		PURE DE CALABACIN		GARBANZOS					
ESTOFADO DE TERNERA CON ARROZ		PAELLA VEGETAL		CROQUETAS • ENSALADA CUATRO ESTACIONES					
FRUTA PAN INTEGRAL		FRUTA PAN		YOGUR PAN					
23 KCal. 912 H.C. 118 Lip. 38 P. 32		24 KCal. 577 H.C. 85 Lip. 21 P. 13		25 KCal. 662 H.C. 83 Lip. 19 P. 43		26 KCal. 780 H.C. 80 Lip. 38 P. 34		27 KCal. 745 H.C. 94 Lip. 22 P. 49	
ESPIRALES CON TOMATE		SOPA MINISTRONE		ALUBIAS BLANCAS		PURE DE COLIFLOR		GARBANZOS CON VERDURA ECOLOGICA	
MEDALLON DE MERLUZA A LA ROMANA • ENSALADA CUATRO ESTACIONES		TORTILLA DE PATATAS AL HORNO • TOMATE FRESCO EUSKAL BASERRI		MUSLO DE POLLO ASADO CON CHAMPIÑONES		FILETE DE PERNIL EMPANADO CON PIMIENTOS ROJOS		RAGOUT DE LOMO CON PATATAS	
FRUTA PAN INTEGRAL		FRUTA PAN		YOGUR PAN		FRUTA PAN		FRUTA PAN	

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú basal. (TRANSPORTADO: en los anafilácticos los platos resaltados son la alternativa al menú de dietas)