Ausolan.

Noviembre 2026

LBASAL: BASAL

INFANTIL / COMIDA / MENU PRIMARIA

COLEGIO VIRGEN DEL PILAR

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	3 KCal. 723 H.C. 85 Lip. 31 P. 28 LENTEJAS A LA CASTELLANA TORTILLA DE PATATA • ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA MANZANA PAN INTEGRAL	**4** KCal. 452 H.C. 56 Lip. 16 P. 26 SOPA DE ARROZ INTEGRAL CON HILOS DE HUEVO LOMO AL HORNO CON PISTO PLATANO PAN	**5** KCal. 483 H.C. 79 Lip. 13 P. 16 PURE DE VERDURAS ECOLÓGICO PASTEL DEL PASTOR (BASE ALUBIA BLANCA Y PATATA) MANDARINA PAN	**6** KCal. 678 H.C. 59 Lip. 33 P. 39 PATATAS GUISADAS RAPE EN SALSA VERDE CON GUISANTES YOGUR NATURAL PAN INTEGRAL
	10 KCal. 595 H.C. 91 Lip. 13 P. 34 POTAJE DE LENTEJAS CON ARROZ INTEGRAL MERLUZA HORNEADA A LA GALLEGA CON ZANAHORIA PERA PAN INTEGRAL	**11** KCal. 578 H.C. 77 Lip. 20 P. 26 PATATAS CON HUEVO EN SALSA VERDE MUSLITOS DE POLLO AL HORNO • ENSALADA LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGOS PLATANO PAN	**12** KCal. 615 H.C. 77 Lip. 22 P. 29 SOPA DE COCIDO (con fideo integral) COCIDO COMPLETO NARANJA PAN	**13** KCal. 636 H.C. 94 Lip. 20 P. 25 ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, huevo, tomate, maíz, zanahoria y aceituna) PAELLA MIXTA YOGUR NATURAL PAN INTEGRAL
16 KCal. 540 H.C. 70 Lip. 16 P. 33 SOPA CON PICADILLO DE HUEVO Y JAMON COCIDO BACALADILLA EN SALSA DE TOMATE CASERO CON PATATA PANADERA MANZANA PAN	**17** KCal. 673 H.C. 112 Lip. 13 P. 29 CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO BOLOÑESA DE SOJA CON ESPIRALES FRESCOS PERA PAN INTEGRAL	**18** KCal. 681 H.C. 84 Lip. 24 P. 38 ALUBIAS PINTAS CON CHORIZO HUEVOS CON SALSA DE TOMATE, QUESO Y OREGANO PLATANO PAN	**19** KCal. 741 H.C. 89 Lip. 34 P. 23 ARROZ INTEGRAL TRES DELICIAS FILETE DE ABADEJO REBOZADO • ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA MANDARINA PAN	**20** KCal. 728 H.C. 45 Lip. 46 P. 36 JUDIAS VERDES CON PATATAS Y TOMATE ALITAS DE POLLO MARINADAS AL HORNO • ENSALADA LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGOS YOGUR NATURAL PAN INTEGRAL
23 KCal. 677 H.C. 85 Lip. 22 P. 35 MACARRONES INTEGRALES CON ATUN MAGRO DE CERDO GUISADO CON ZANAHORIA MANZANA PAN	**24** KCal. 486 H.C. 68 Lip. 13 P. 27 CREMA DE LENTEJAS ROJAS CON CALABAZA MERLUZA A LA DONOSTIARRA FRUTA ECOLOGICA PAN INTEGRAL	**25** KCal. 814 H.C. 74 Lip. 51 P. 19 PATATAS A LA RIOJANA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA PLATANO PAN	**26** KCal. 582 H.C. 107 Lip. 10 P. 22 CREMA FUCSIA DE PATATA Y REMOLACHA GARBANZOS CON ARROZ AL CURRY NARANJA PAN	**27** KCal. 648 H.C. 89 Lip. 18 P. 39 PAELLA DE VERDURAS RAGOUT DE POLLO A LA NARANJA YOGUR NATURAL PAN INTEGRAL
30 KCal. 422 H.C. 60 Lip. 14 P. 18 PATATAS CON CHOCO TORTILLA FRANCESA DE JAMON • ENSALADA LECHUGA MANZANA PAN				

Fruta orientativa según estado óptimo de maduración. Fruta de verano: sandía/melón/nectarina; Invierno: mandarina, naranja, caqui. Agua como única bebida. Elaboramos con sal yodada. Guarnición de ensalada disponible en el centro. Menús supervisados: Colegiado MAD01214 23/10/2026 12.41.55