

Ausolan.

ELGOIBARKO
IKASTOLA
(URRUZUNO)

Basal

Octubre
2026

Turno infantil
Comida



■ Festivo
■ 100% Vegetal
■ Día especial

Juntos en tu día a día
menuo.ausolan.com

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			1 Arroz integral con tomate Salmón al horno Pisto Yogur Urraki Pan integral Kcal. 925 h.c. 120,1 lip. 32,1 p. 39,0	2 Judías verdes con patatas Contramuslo de pollo al horno Lechuga Yogur Pan Kcal. 696 h.c. 69,9 lip. 29,2 p. 37,1
5 Lentejas con verduras Tortilla de jamón york y queso Lechuga Fruta de temporada Pan Kcal. 691 h.c. 67,0 lip. 29,7 p. 37,1	6 Crema de calabaza Merluza al horno Patata panadera Yogur Pan integral Kcal. 543 h.c. 64,5 lip. 22,2 p. 22,5	7 Marmitako Hamburguesas en salsa Fruta de temporada Pan Kcal. 745 h.c. 89,1 lip. 26,8 p. 35,8	8 Garbanzos San jacob casero Tomate fresco Fruta de temporada Pan integral Kcal. 855 h.c. 84,1 lip. 41,8 p. 32,0	9 Porrusalda Arroz integral con tomate Natilla casera Pan Kcal. 778 h.c. 120,7 lip. 23,6 p. 19,3
12 Festivo	13 Puré de verduras Albóndigas de soja en salsa de verdura Fruta de temporada Pan integral Kcal. 605 h.c. 74,6 lip. 23,9 p. 22,7	14 Lentejas con verduras Tortilla de patatas Pisto Fruta de temporada Pan Kcal. 736 h.c. 100,8 lip. 20,3 p. 33,0	15 Sopa de cocido con estrellas Guisado de pollo Verduritas Fruta de temporada Pan integral Kcal. 477 h.c. 61,2 lip. 8,1 p. 39,7	16 Macarrones con tomate Abadejo a la romana Lechuga Yogur Pan Kcal. 1053 h.c. 124,7 lip. 41,4 p. 45,2
19 Patatas a la Riojana Merluza al horno Lechuga Fruta de temporada Pan Kcal. 605 h.c. 78,1 lip. 19,2 p. 29,1	20 Lentejas con verduras Macarrones integrales con tomate Fruta de temporada Pan integral Kcal. 765 h.c. 125,2 lip. 13,5 p. 29,8	21 Ensalada mixta Muslo de pollo asado Pimientos rojos Yogur Pan Kcal. 550 h.c. 51,9 lip. 25,6 p. 28,7	22 Puré de calabacín Albóndigas de ternera en salsa Patata cuadrada Fruta de temporada Pan integral Kcal. 549 h.c. 70,2 lip. 21,1 p. 19,1	23 Arroz con tomate Huevos fritos Patatas fritas Fruta de temporada Pan Kcal. 687 h.c. 112,8 lip. 18,1 p. 19,3
26 Alubias blancas Abadejo a la romana Mahonesa Yogur Pan Kcal. 901 h.c. 89,2 lip. 36,5 p. 47,5	27 Sopa de pescado Filete de pernil empanado Lechuga Fruta de temporada Pan Kcal. 565 h.c. 55,2 lip. 23,2 p. 34,6	28 Puré de verduras Paella vegetal Fruta de temporada Pan Kcal. 590 h.c. 107,9 lip. 10,8 p. 14,0	29 Garbanzos Tortilla de patatas Salsa de tomate Yogur Urraki Pan integral Kcal. 840 h.c. 109,4 lip. 26,5 p. 37,1	30 Macarrones integrales con tomate y queso Merluza al horno Patata panadera Fruta de temporada Pan Kcal. 892 h.c. 114,9 lip. 30,5 p. 35,6