



Lunes Monday	Martes Tuesday	Miércoles Wednesday	Jueves Thursday	Viernes Friday
-----------------	-------------------	------------------------	--------------------	-------------------



1 Sopa maravilla

Estofado de cerdo con patatas
Fruta fresca de temporada
Noodle soup
Turkey stew with potatoes
Seasonal fruit

2 Cocido montañés

Empanadilla de atún al horno con Ensalada tricolor
Yogur
"Cantabrian" stew
Tuna small pie
Salad
Yoghurt

3 Caracillos con tomate y queso

Centros de merluza en salsa
Fruta fresca de temporada
Macaroni with tomato and cheese
Hake in sauce
Seasonal fruit



6 Judías verdes con tomate

Albóndigas con verduritas
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta fresca de temporada
Green beans with tomatoe sauce
Meatballs with vegetables
Salad
Seasonal fruit



7 Lentejas con arroz integral

Merluza en salsa de zanahoria
Yogur
Lentil stew with whole rice
Hake in carrot sauce
Yoghurt

8 Patatas con calamar

Tortilla francesa con calabacín orly
Fruta fresca de temporada
Squid potatoes
Omelette
Zucchini orly
Seasonal fruit



9 Crema de zanahoria

Pollo asado con cama de patata
Fruta fresca de temporada
Cream of carrot soup
Roast chicken with potatoes
Seasonal fruit

10 Alubias pintas estofadas

Halibut rebozado con ensalada
Fruta fresca de temporada
Pinto bean stew
Fish with tomato sauce
Seasonal fruit

13 Crema de calabacín

San jacobó
Ensalada tricolor
Fruta fresca de temporada
Cream of zucchini soup
Ham cordon bleu
Salad
Seasonal fruit

14 Sopa de verduras

Estofado de ternera con patatas
Fruta fresca de temporada
Vegetables soup
Turkey stew with potatoes
Seasonal fruit



15 Alubias blancas a la jardinera

Merluza a la gallega
Fruta fresca de temporada
Bean stew
Hake in sauce
Seasonal fruit

16 Fideua mixta

Lomo adobado a la plancha con zanahoria
Fruta fresca de temporada
Mixed fideua
Grilled marinated pork loin with carrots
Seasonal fruit

17 Garbanzos ecológicos estofados

Tortilla francesa
Brócoli con refrito
Yogur
Chickpeas stew with cod
Omelette
Roasted broccoli with garlic
Yoghurt



20 Sopa de fideos
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta fresca de temporada

Noodle soup
Spanish omelette
Salad
Seasonal fruit



21 Lentejas a la jardinera

Ragout de cerdo con champiñones
Fruta fresca de temporada
Lentil stew
Grilled marinated pork loin with mushrooms
Seasonal fruit

22 Caracillos con tomate

Merluza en salsa
Fruta fresca de temporada
Neapolitan macaroni
Fish and pumpkin burger with sauce
Seasonal fruit

23 Judías verdes salteadas con sofrito casero
Pollo asado con patatas
Yogur

Braised flat beans in homemade tomato sauce
Roast chicken with potatoes
Yoghurt



24 Garbanzos estofados
Filete de abadejo empanado

Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta fresca de temporada
Chickpea stew
Salad
Baked steak scorpionfish
Seasonal fruit

27 Puré de verduras

Hamburguesa mixta con patatas
Fruta fresca de temporada
Cream of vegetables soup
Grilled burgerç
French fries
Seasonal fruit

28 Fabas estofadas

Pescadilla al horno con pisto casero
Fruta fresca de temporada
Bean stew
Baked hake with vegetables homemade sauce
Seasonal fruit

29 Arroz con tomate

Tortilla francesa
Salteado campestre
Yogur
Rice with tomato sauce
French omelette
Sauteed vegetables
Yoghurt



30 Patatas guisadas con ternera IGP Cantabria
Lomo adobado a la plancha
Ensalada variada
Fruta fresca de temporada

Veal stewed potatoes
Grilled marinated pork loin
Salad
Seasonal fruit

31 Lentejas ecológicas con hortalizas frescas

Boqueron en tempura con ensalda
Fruta fresca de temporada
Lentil vegetable stew
Scorpionfish in green bean sauce
Seasonal fruit



El menú incluye agua y pan. Estos menús han sido revisados y aprobados por la dietista-nutricionista colegiada CYL00134. Por causa de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú.
The menu includes water and bread. These menus have been checked and approved by professionals in human Nutrition and dietetics (Dietitian CYL00134). Ausolan may change the menu due to reasons of force majeure.

Las ensaladas se aliñan con Aceite de Oliva Virgen Extra
Salads are seasoned with Extra Virgin Olive Oil

Se ofrece pan integral dos días a la semana
Whole wheat bread offered two days a week

Ecológico
Ecological
Producto de Cercanía Local
Local Proximity Product