

# Ausolan.

SINGUERLIN

Basal

Maig  
2026

ESCOLAR

Dinar



- Festiu
- 100% Vegetal
- Dia especial

Els menús estan supervisats per nutricionistes, amb formació acreditada, Grau en Nutrició Humana i Dietètica, segons la llei 17/2011 de Seguretat Alimentària i Nutrició. Contacte: dietistarcn@ausolan.com.

Amb tu cada dia  
[menuo.ausolan.com](http://menuo.ausolan.com)

| Dilluns   | Dimarts  | Dimecres  | Dijous  | Divendres   |
|---|--|---|---|---|
|   |  |   |   | 1<br><b>Festiu</b>  |
| 4<br>Paella de verdures<br>Calamars a la romana<br>amb enciam i brots de soja<br>logurt natural<br>Pablanc<br>Kcal. 896 h.c. 109,2 lip. 40,3 p. 23,1                        | 5<br>Cigrons estofats<br>Llom adobat<br>amb enciam i pastanaga<br>Fruita de temporada<br>Pa integral<br>Kcal. 707 h.c. 80,8 lip. 24,1 p. 38,1                    | 6<br>Sopa de brou amb fideus<br>Pollastre a la parmesana<br>amb patates fregides<br>Fruita de temporada<br>Pablanc<br>Kcal. 758 h.c. 78,4 lip. 37,2 p. 27,1 | 7<br>Crema de pastanaga i ceba<br>Truita amb pernil<br>amb enciam i olives<br>Fruita de temporada<br>Pa integral<br>Kcal. 684 h.c. 60,0 lip. 36,6 p. 27,1             | 8<br>Espaguetis amb tomàquet<br>Salmó a la taronja<br>Fruita de temporada<br>Pa blanc<br>Kcal. 683 h.c. 83,1 lip. 26,0 p. 28,8                        |
| 11<br>Lenties guisades<br>Estofat de gall dindi amb hortalisses<br>Fruita de temporada<br>Pa blanc<br>Kcal. 641 h.c. 82,3 lip. 15,4 p. 39,9                                 | 12<br>Sopa de brou amb estrelles<br>Truita de carbassó i ceba<br>amb enciam i cogombre<br>logurt natural<br>Pa integral<br>Kcal. 588 h.c. 52,2 lip. 31,3 p. 23,9 | 13<br>Arròs amb tomàquet i ceba<br>Talls cruixents de lluç<br>amb brots verds<br>Fruita de temporada<br>Pablanc<br>Kcal. 691 h.c. 85,0 lip. 30,4 p. 20,4    | 14<br>Macarrons amb albergínia<br>Aletes de pollastre marinades<br>amb enciam i pebrot<br>Fruita de temporada<br>Pa integral<br>Kcal. 774 h.c. 81,5 lip. 36,1 p. 30,4 | 15<br>Puré de verdura<br>Pizza de pernil cuit i formatge<br>Fruita de temporada<br>Pa blanc<br>Kcal. 754 h.c. 114,9 lip. 21,2 p. 23,9                 |
| 18<br>Sopa brou amb pistons<br>Mandonguilles de vedella a la<br>jardinera<br>Fruita de temporada<br>Pa blanc<br>Kcal. 560 h.c. 63,0 lip. 24,0 p. 23,1                       | 19<br>Amanida de patata<br>Cua de rap arrebossada<br>amb mesclum<br>Fruita de temporada<br>Pa integral<br>Kcal. 826 h.c. 67,2 lip. 37,6 p. 54,3                  | 20<br>Cigrons amb xoriço<br>Truita amb formatge<br>amb enciam i tomàquet<br>Fruita de temporada<br>Pablanc<br>Kcal. 942 h.c. 84,2 lip. 45,4 p. 45,8         | 21<br>Arròs amb xampinyons<br>Croquetes de rostit<br>amb enciam i pastanaga<br>logurt natural<br>Pa integral<br>Kcal. 793 h.c. 98,5 lip. 35,4 p. 19,0                 | 22<br>Espirals amb verdures<br>Pollastre al forn amb salsa de prunes<br>Pinya<br>Pa blanc<br>Kcal. 604 h.c. 82,6 lip. 17,8 p. 26,2                    |
| 25<br>Lenties amb arròs integral<br>Hamburguesa de coliflor i formatge<br>amb enciam i pastanaga<br>Fruita de temporada<br>Pablanc<br>Kcal. 771 h.c. 97,3 lip. 29,1 p. 26,9 | 26<br>Arròs amb tomàquet<br>Truita de patata<br>amb enciam i olives<br>Fruita de temporada<br>Pa integral<br>Kcal. 849 h.c. 90,7 lip. 44,0 p. 23,2               | 27<br>Crema de carbassó<br>Pollastre arrebossat<br>amb patates xips<br>Fruita de temporada<br>Pablanc<br>Kcal. 807 h.c. 80,4 lip. 42,5 p. 25,3              | 28<br>Macarrons gratinats<br>Lluç al forn amb all i julivert<br>amb enciam i blat de moro<br>logurt natural<br>Pa integral<br>Kcal. 828 h.c. 83,2 lip. 39,5 p. 33,6   | 29<br>Bròquil amb patata<br>Botifarra al forn<br>amb ceba caramel·litzada<br>Fruita de temporada<br>Pa blanc<br>Kcal. 762 h.c. 55,8 lip. 46,9 p. 25,9 |