

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1	<b>FESTIVO</b>	2 Arroz con tomate Lomos de caballa con patatas chips Gelatina de frutas	3 Lentejas con verduras Pechuga de pollo rebozada con ensalada verde Fruta fresca	4 Crema de calabaza ecológica Cinta de lomo fresca con ensalada de colores Fruta fresca	5 Judías blancas estofadas Huevos revueltos con jamón cocido con ensalada de tomate Fruta- Pan integral
8	Arroz tres delicias Merluza en salsa de manzana Fruta fresca	9 Garbanzos ecológicos con fritada Tortilla francesa con ensalada verde Fruta fresca	10 Patatas con magro Jamoncitos de pollo asado con ensalada de tomate Fruta fresca	11 Menestra de verduras Hamburguesa a la plancha con patata panadera Fruta fresca	12 Judías pintas estofadas Salmón al horno Con verduritas Yogur- Pan integral
15	Macarrones integrales primavera Abadejo a la romana con ensalada de colores Fruta fresca	16 <b>JORNADA ASTURIANA</b> Fabada Asturiana Rollitos de cachopo con pimientos Arroz con leche	17 Paella de verduras Huevos con pisto Fruta fresca	18 Sopa de ave con fideos Jamoncitos de pollo asado con champiñones Fruta fresca	19 Puré de verduras ecológicas Magro de cerdo estofado con verduras y patatas Yogur-Pan integral
22	Lentejas ecológicas con verduras Huevos con bechamel y ensalada verde Fruta fresca	23 Patatas a la riojana Merluza al horno con ensalada de tomate Fruta fresca ecológica	24 Sopa de cocido Cocido completo Fruta fresca	25 Judías verdes rehogadas Ragout de ternera con patatas Fruta fresca	26 Espaguetis con tomate Lomo adobado plancha con pimientos Yogur-Pan integral
29	Sopa de pescado Albóndigas de ternera en salsa de verduras Fruta fresca	30 Crema de legumbres ecológica Tortilla de chorizo con ensalada de colores Fruta fresca			

**Menú noviembre  
2021**



Calle Montevideo, 10. Nave 1 - 28806 -  
Alcalá de Henares - Madrid -  
Tel.: 91 8300426 / Fax.: 91 8300556  
[www.ausolan.com](http://www.ausolan.com)

**MAS DE 50 AÑOS DE DEDICACIÓN Y EXPERIENCIA  
AL SERVICIO DE LA RESTAURACIÓN, CÁTERING ,  
GESTIÓN DE COCINAS Y LIMPIEZA DE  
COLECTIVIDADES**

