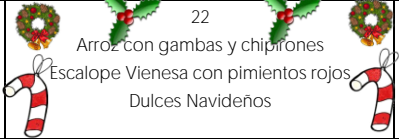




# MENU DICIEMBRE

COMEDOR PPAL



Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
	1 Garbanzos con chorizo y costilla Tortilla de bonito con ensalada Fruta de temporada	2 Macarrones con chorizo y tomate Filete de merluza a la romana con limón Fruta de temporada	3 Alubias blancas con verduras Hamburguesa casera de ternera con tomate Fruta de temporada	4 Crema de calabaza Pollo asado Yogurt
Kkal: ### Prot: ### Lip: ### H.C: ###	Kkal: 378 Prot: 25,1 Lip: 18,9 H.C: 47,3	Kkal: 734 Prot: 33,9 Lip: 24,5 H.C: 78,2	Kkal: 698 Prot: 29,2 Lip: 15,8 H.C: 48,3	Kkal: 381 Prot: 35,1 Lip: 24,7 H.C: 35
Festivo	Festivo	9 Espaguetis a la boloñesa Tortilla de jamón con ensalada Fruta de temporada	10 Arroz con gambas y chipirones Merluza en salsa verde Yogurt	11 Lentejas con verduras Croquetas caseras de jamón con ensalada Fruta de temporada
		Kkal: 576 Prot: 78 Lip: 20,9 H.C: 67,4	Kkal: 627 Prot: 75,9 Lip: 42,6 H.C: 66,8	Kkal: 668 Prot: 23,9 Lip: 31,3 H.C: 68,2
14 Arroz blanco con tomate Huevos fritos con jamón Fruta de temporada	15 Garbanzos con chorizo y costilla Merluza al horno con pimientos Yogurt	16 Patatas a la riojana San Jacobos caseros con ensalada Fruta de temporada	17 Alubias blancas con verduras Pollo al ajillo Fruta de temporada	18 Crema de acelgas Ragú de ternera Fruta de temporada
Kkal: 797 Prot: 35,3 Lip: 39,2 H.C: 59,6	Kkal: 474 Prot: 34,5 Lip: 22,5 H.C: 39,6	Kkal: 638 Prot: 15,5 Lip: 14,6 H.C: 58,3	Kkal: 515 Prot: 22 Lip: 21,7 H.C: 53,1	Kkal: 561 Prot: 51,9 Lip: 26,1 H.C: 49,7
21 Espaguetis al ajillo Tortilla de bonito con ensalada Fruta de temporada	 22 Arroz con gambas y chipirones Escalope Vienesa con pimientos rojos Dulces Navideños			
Kkal: 475 Prot: 24 Lip: 22,8 H.C: 74	Kkal: 887 Prot: 29,5 Lip: 51,9 H.C: 73			

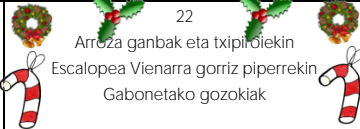
- Todos nuestros platos incluidos hamburguesas, albóndigas, croquetas y san jacobos se elaboran en el día empleando para ello las mejores materias primas.
- El arroz con leche y flanes son elaborados en nuestras cocinas de manera totalmente artesanal.
- Cada trimestre ofrecemos la posibilidad de elegir frutas de temporada junto con pera, manzana y plátano que se dan a elegir todo el año.
- Nuestra empresa al igual que todos nuestros proveedores, disponen de registro sanitario y plan de calidad para garantizar la calidad y seguridad en nuestras elaboraciones.
- Los valores nutricionales de los platos son estimativos.





# ABENDUKO MENUA



Astelehena	Asteartea	Asteazkena	Osteguna	Ostirala
	1 Garbantzuk txorizo eta saiheskiarekin Hegaluze tortila entsaladarekin Sasoiko fruta	2 Makarroiak txorizo eta tomatearekin Legatza erromara limoiarekin Sasoiko fruta	3 Babarrun zuriak barazkiekin Txahal hanburgesa tomatearekin Sasoiko fruta	4 Kalabaza krema Oilasko errea Jogurta
Kkal: ### Prot: ### Lip: ### H.C: ###	Kkal: 378 Prot: 25 Lip: 19 H.C: 47	Kkal: 734 Prot: 34 Lip: 24 H.C: 78,2	Kkal: 698 Prot: 29 Lip: 16 H.C: 48	Kkal: 381 Prot: 35 Lip: 25 H.C: 35
Jaieguna	Jaieguna	9 Espagetiak bolonesara Urdaiazpikoz tortila entsaladarekin Sasoiko fruta	10 Arroza ganbak eta txipiroiekin Legatza berde salsan Jogurta	11 Erregositako dilistak Urdaiazpiko krocketak entsaladarekin Sasoiko fruta
		Kkal: 576 Prot: 78 Lip: 21 H.C: 67,4	Kkal: 627 Prot: 76 Lip: 43 H.C: 67	Kkal: 668 Prot: 24 Lip: 31 H.C: 68
14 Arroz zuria tomatearekin Arraultza frijituak urdaiazpikoarekin Sasoiko fruta	15 Garbantzuk txorizo eta saiheskiarekin Labean egindako legatza piperrekin Jogurta	16 Patatak errioxako eran San Jakoboak entsaladarekin Sasoiko fruta	17 Babarrun zuriak barazkiekin Oilasko baratxuritan Sasoiko fruta	18 Zerbak krema Txahal raguta Sasoiko fruta
Kkal: 797 Prot: 35 Lip: 39 H.C: 60	Kkal: 474 Prot: 35 Lip: 22 H.C: 40	Kkal: 638 Prot: 16 Lip: 15 H.C: 58,3	Kkal: 515 Prot: 22 Lip: 22 H.C: 53	Kkal: 561 Prot: 52 Lip: 26 H.C: 50
21 Espagetiak baratxuritan Hegaluze tortila entsaladarekin Sasoiko fruta	 22 Arroza ganbak eta txipiroiekin Escalopea Vienarra gorritz piperrekin Gabonetako gozokiak			
Kkal: 475 Prot: 24 Lip: 23 H.C: 74	Kkal: 887 Prot: 29 Lip: 52 H.C: 73			

- Gure plater guztiak hanburgesak, albondigak, krocketak eta san jakoboak barne egunean bertan prestatzen dira lehengai onenak erabiliz.
- Arroz-esnea eta flanak artisau eran egiten dira gure sukaldeetan.
- Hiruhilabeteka sasoiko frutak aukeratzeko posibilitatea eskeintzen dugu, urte guztian zehar ematen diren frutekin batera, madaria, sagarra eta banana.
- Bai gure enpresek, bai gure hornitzaileek, osasun-erregistro eta kalitate plan bat daukate gure elaborazioen kalitatea eta segurtasuna bermatzeko asmoz.





# MENU DICIEMBRE

INF ANTIL + 1º PRIM



Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
	1 Garbanzos con chorizo y costilla Tortilla de bonito Yogurt liquido	2 Macarrones con chorizo y tomate Filete de merluza a la romana con limón Fruta de temporada	3 Alubias blancas con verduras Hamburguesa casera de ternera con tomate Fruta de temporada	4 Crema de calabaza Pollo asado Yogurt
	Kkal: 377 Prot: 29,4 Lip: 22 H.C: 36,6	Kkal: 734 Prot: 33,9 Lip: 24,5 H.C: 78,2	Kkal: 698 Prot: 29,2 Lip: 15,8 H.C: 48,3	Kkal: 381 Prot: 35,1 Lip: 24,7 H.C: 35
Festivo	Festivo	9 Espaguetis a la boloñesa Tortilla de jamón Fruta de temporada	10 Arroz con gambas y chipirones Filete de merluza a la romana Yogurt	11 Lentejas con verduras Croquetas caseras de jamón Fruta de temporada
		Kkal: 576 Prot: 78 Lip: 20,9 H.C: 67,4	Kkal: 695 Prot: 35,3 Lip: 29 H.C: 59,4	Kkal: 668 Prot: 23,9 Lip: 31,3 H.C: 68,2
14 Arroz blanco con tomate Tortilla de jamón Fruta de temporada	15 Garbanzos con chorizo y costilla Filete de merluza a la romana Yogurt	16 Patatas a la riojana San Jacobos caseros Fruta de temporada	17 Alubias blancas con verduras Pollo asado Fruta de temporada	18 Crema de acelgas Hamburguesa casera de ternera con tomate Fruta de temporada
Kkal: 517 Prot: 72,8 Lip: 15,5 H.C: 61,4	Kkal: 583 Prot: 38,4 Lip: 23,9 H.C: 40,2	Kkal: 638 Prot: 15,5 Lip: 14,6 H.C: 58,3	Kkal: 542 Prot: 43,6 Lip: 24,1 H.C: 61,5	Kkal: 655 Prot: 21,3 Lip: 13 H.C: 38,9
21 Espaguetis a la boloñesa Tortilla de bonito Fruta de temporada	 22 Arroz con gambas y chipirones Lomo de cerdo Dulces Navideños			
Kkal: 528 Prot: 24,9 Lip: 23,6 H.C: 74,6	Kkal: 827 Prot: 29,7 Lip: 55,7 H.C: 88,9			

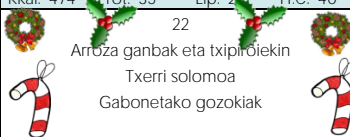
- Todos nuestros platos incluidos hamburguesas, albóndigas, croquetas y san jacobos se elaboran en el día empleando para ello las mejores materias primas.
- El arroz con leche y flanes son elaborados en nuestras cocinas de manera totalmente artesanal.
- Cada trimestre ofrecemos la posibilidad de elegir frutas de temporada junto con pera, manzana y plátano que se dan a elegir todo el año.
- Nuestra empresa al igual que todos nuestros proveedores, disponen de registro sanitario y plan de calidad para garantizar la calidad y seguridad en nuestras elaboraciones.
- Los valores nutricionales de los platos son estimativos.





# ABENDUKO MENUA



Astelehena	Asteartea	Asteazkena	Osteguna	Ostirala
	1 Garbantzuak txorizo eta saiheskiarekin Hegaluze tortila Jogurta likidoa	2 Makarroiak txorizo eta tomatearekin Legatza erromara limoiarekin Sasoiko fruta	3 Babarrun zuriak barazkiekin Txahal hanburgesa tomatearekin Sasoiko fruta	4 Kalabaza krema Oilasko errea Jogurta
	Kkal: 378 Prot: 25 Lip: 19 H.C: 47	Kkal: 734 Prot: 34 Lip: 24 H.C: 78,2	Kkal: 698 Prot: 29 Lip: 16 H.C: 48	Kkal: 381 Prot: 35 Lip: 25 H.C: 35
Jaiegun	Jaiegun	9 Espagetiak bolonesara Urdaiazpikoz tortila Sasoiko fruta	10 Arroza ganbak eta txipiroiekin Legatza erromara Jogurta	11 Erregositako dilistak Urdaiazpiko krocketak Sasoiko fruta
0 0 0 0	Kkal: 0 0 0 0	Kkal: 576 Prot: 78 Lip: 21 H.C: 67,4	Kkal: 627 Prot: 76 Lip: 43 H.C: 67	Kkal: 668 Prot: 24 Lip: 31 H.C: 68
14 #REF! Urdaiazpikoz tortila Sasoiko fruta	15 Garbantzuak txorizo eta saiheskiarekin Legatza erromara Jogurta	16 Patatak errioxako eran San Jakoboak Sasoiko fruta	17 Babarrun zuriak barazkiekin Oilasko errea Sasoiko fruta	18 Zerbak krema Txahal hanburgesa tomatearekin Sasoiko fruta
Kkal: 797 Prot: 35 Lip: 39 H.C: 60	Kkal: 474 Prot: 35 Lip: 22 H.C: 40	Kkal: 638 Prot: 16 Lip: 15 H.C: 58,3	Kkal: 515 Prot: 22 Lip: 22 H.C: 53	Kkal: 561 Prot: 52 Lip: 26 H.C: 50
21 Espagetiak bolonesara Hegaluze tortila Sasoiko fruta	 22 Arroza ganbak eta txipiroiekin Txerri solomoa Gabonetako gozokiak			
Kkal: 475 Prot: 24 Lip: 23 H.C: 74	Kkal: 887 Prot: 29 Lip: 52 H.C: 73			

- Gure plater guztiak hanburgesak, albondigak, krocketak eta san jakoboak barne egunean bertan prestatzen dira lehengai onenak erabiliz.
- Arroz-esnea eta flanak artisau eran egiten dira gure sukaldeetan.
- Hiruhilabeteka sasoiko frutak aukeratzeko posibilitatea eskeintzen dugu, urte guztian zehar ematen diren frutekin batera, madaria, sagarra eta banana.
- Bai gure enpresek, bai gure hornitzaileek, osasun-erregistro eta kalitate plan bat daukate gure elaborazioen kalitatea eta segurtasuna bermatzeko asmoz.

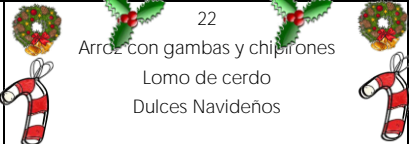




# MENU DICIEMBRE

2 años



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 Garbanzos con chorizo y costilla Tortilla de bonito Yogurt liquido	2 Macarrones con chorizo y tomate Filete de merluza a la romana con limón Fruta natural triturada con yogurt	3 Alubias blancas con verduras Hamburguesa casera de ternera con tomate Fruta natural triturada con yogurt	4 Crema de calabaza Pollo asado Yogurt
Kkal: ### Prot: ### Lip: ### H.C: ###	Kkal: 377 Prot: 29,4 Lip: 22 H.C: 36,6	Kkal: 734 Prot: 33,9 Lip: 24,5 H.C: 78,2	Kkal: 698 Prot: 29,2 Lip: 15,8 H.C: 48,3	Kkal: 381 Prot: 35,1 Lip: 24,7 H.C: 35
Festivo	Festivo	9 Espaguetis a la boloñesa Tortilla de jamón Fruta natural triturada con yogurt	10 Arroz con gambas y chipirones Filete de merluza a la romana Yogurt	11 Lentejas con verduras Croquetas caseras de jamón Fruta natural triturada con yogurt
		Kkal: 576 Prot: 78 Lip: 20,9 H.C: 67,4	Kkal: 695 Prot: 35,3 Lip: 29 H.C: 59,4	Kkal: 668 Prot: 23,9 Lip: 31,3 H.C: 68,2
14 Arroz blanco con tomate Tortilla de jamón Fruta natural triturada con yogurt	15 Garbanzos con chorizo y costilla Filete de merluza a la romana Yogurt liquido	16 Patatas a la riojana San Jacobos caseros Fruta natural triturada con yogurt	17 Alubias blancas con verduras Pollo asado Yogurt	18 Crema de acelgas Hamburguesa casera de ternera con tomate Fruta natural triturada con yogurt
Kkal: 517 Prot: 72,8 Lip: 15,5 H.C: 61,4	Kkal: 583 Prot: 38,4 Lip: 22,9 H.C: 40,2	Kkal: 638 Prot: 15,5 Lip: 14,6 H.C: 58,3	Kkal: 541 Prot: 47,9 Lip: 27,2 H.C: 50,8	Kkal: 655 Prot: 21,3 Lip: 13 H.C: 38,9
21 Espaguetis al ajillo Tortilla de bonito Fruta natural triturada con yogurt	 22 Arroz con gambas y chipirones Lomo de cerdo Dulces Navideños			
Kkal: 475 Prot: 24 Lip: 22,8 H.C: 74	Kkal: 827 Prot: 29,7 Lip: 55,7 H.C: 88,9			

- Todos nuestros platos incluidos hamburguesas, albóndigas, croquetas y san jacobos se elaboran en el día empleando para ello las mejores materias primas.
- El arroz con leche y flanes son elaborados en nuestras cocinas de manera totalmente artesanal.
- Cada trimestre ofrecemos la posibilidad de elegir frutas de temporada junto con pera, manzana y plátano que se dan a elegir todo el año.
- Nuestra empresa al igual que todos nuestros proveedores, disponen de registro sanitario y plan de calidad para garantizar la calidad y seguridad en nuestras elaboraciones.

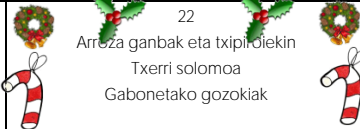




# ABENDUKO MENUA

Bi urte



Astelehena	Asteartea	Asteazkena	Osteguna	Ostirala
	1 Garbantzuk txorizo eta saiheskiarekin Hegaluze tortila Jogurta likidoa	2 Makarroiak txorizo eta tomatearekin Legatza erromara limoiarekin Sasoiko fruta	3 Babarrun zuriak barazkiekin Txahal hanburgesa tomatearekin Sasoiko fruta	4 Kalabaza krema Oilasko errea Jogurta
	Kkal: 378 Prot: 25 Lip: 19 H.C: 47	Kkal: 734 Prot: 34 Lip: 24 H.C: 78	Kkal: 698 Prot: 29 Lip: 16 H.C: 48	Kkal: 381 Prot: 35 Lip: 25 H.C: 35
Jaieguna	Jaiegun	9 Espagetiak bolonesara Urdaiazpikoz tortila Sasoiko fruta	10 Arroza ganbak eta txipiroiekin Legatza erromara Jogurta	11 Erregositako dilistak Urdaiazpiko krocketak Sasoiko fruta
		Kkal: 576 Prot: 78 Lip: 21 H.C: 67	Kkal: 627 Prot: 76 Lip: 43 H.C: 67	Kkal: 668 Prot: 24 Lip: 31 H.C: 68
14 Arroz zuria tomatearekin Urdaiazpikoz tortila Sasoiko fruta	15 Garbantzuk txorizo eta saiheskiarekin Legatza erromara Jogurta	16 Patatak errioxako eran San Jakoboak Sasoiko fruta	17 Babarrun zuriak barazkiekin Oilasko errea Sasoiko fruta	18 Zerbak krema Txahal hanburgesa tomatearekin Sasoiko fruta
Kkal: 797 Prot: 35 Lip: 39 H.C: 60	Kkal: 474 Prot: 35 Lip: 22 H.C: 40	Kkal: 638 Prot: 16 Lip: 15 H.C: 58	Kkal: 515 Prot: 22 Lip: 22 H.C: 53	Kkal: 561 Prot: 52 Lip: 26 H.C: 50
21 Espagetiak bolonesara Hegaluze tortila Sasoiko fruta	 22 Arroza ganbak eta txipiroiekin Txerri solomoa Gabonetako gozokiak			
Kkal: 475 Prot: 24 Lip: 23 H.C: 74	Kkal: 887 Prot: 29 Lip: 52 H.C: 73			

- Gure plater guztiak hanburgesak, albondigak, krocketak eta san jakoboak barne egunean bertan prestatzen dira lehengai onenak erabiliz.
- Arroz-esnea eta flanak artsaus eran egiten dira gure sukaldeetan.
- Hiruhilabeteka sasoiko frutak aukeratzeko posibilitatea eskeintzen dugu, urte guztian zehar ematen diren frutekin batera, madaria, sagarra eta banana.
- Bai gure enpresek, bai gure hornitzaileek, osasun-erregistro eta kalitate plan bat daukate gure elaborazioen kalitatea eta segurtasuna bermatzeko asmoz.

