



MENU ENERO

COMEDOR PPAL



| Lunes | Martes | Miercoles | Jueves | Viernes |
|--|---|---|--|--|
| 11 Arroz blanco con tomate Tortilla de bonito con ensalada Fruta de temporada | 12 Alubias blancas con verduras Lomo de cerdo con vainas Fruta de temporada | 13 Macarrones con chorizo y tomate Filete de merluza a la romana con ensalada Fruta de temporada | 14 Lentejas con verduras Croquetas caseras de queso con ensalada Fruta de temporada | 15 Crema de calabaza Pollo asado Yogurt |
| Kkal: 470 Prot: 19,7 Lip: 18,2 H.C: 68,6 | Kkal: 571 Prot: 35,2 Lip: 32,8 H.C: 64,9 | Kkal: 734 Prot: 33,9 Lip: 24,5 H.C: 78,2 | Kkal: 668 Prot: 23,9 Lip: 31,3 H.C: 68,2 | Kkal: 381 Prot: 35,1 Lip: 24,7 H.C: 35 |
| 18 Espaguetis al ajillo Salchichas de pavo con brocoli Fruta de temporada | 19 Garbanzos con chorizo y costilla San Jacobos caseros con ensalada Fruta de temporada | 20 Arroz con gambas y chipirones Filete de merluza plancha con limon Fruta de temporada | 21 Crema de verduras Tortilla de patatas con ensalada Yogurt | 22 Marmita de jibión Albóndigas de ternera con champiñones Fruta de temporada |
| Kkal: 495 Prot: 20,6 Lip: 30,3 H.C: 76 | Kkal: 556 Prot: 19,6 Lip: 12,2 H.C: 43,8 | Kkal: 696 Prot: 31 Lip: 25,9 H.C: 70,1 | Kkal: 485 Prot: 16,8 Lip: 27,8 H.C: 37,6 | Kkal: 688 Prot: 30,6 Lip: 22,4 H.C: 59,6 |
| 25 Arroz blanco con tomate Lomo de cerdo con pimientos Fruta de temporada | 26 Alubias rojas con chorizo y costilla Pechugas de pavo albardada con ensalada Fruta de temporada | 27 Macarrones con queso y bacón Tortilla de jamón con ensalada Fruta de temporada | 28 Crema de verduras Bacalao al horno con piperrada Yogurt | 29 Lentejas con verduras Croquetas caseras de chorizo con ensalada Fruta de temporada |
| Kkal: 605 Prot: 25,7 Lip: 30,2 H.C: 83,4 | Kkal: 510 Prot: 29,3 Lip: 36,5 H.C: 48,6 | Kkal: 579 Prot: 78,2 Lip: 21,2 H.C: 67,4 | Kkal: 340 Prot: 19 Lip: 32,6 H.C: 29,9 | Kkal: 668 Prot: 23,9 Lip: 31,3 H.C: 68,2 |

- 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.





URTARRILAKO MENUA



| Astelehena | Asteartea | Asteazkena | Osteguna | Ostirala |
|---|--|---|---|--|
| 11 Arroz zuria tomatearekin Hegaluze tortila entsaladarekin Sasoiko fruta | 12 Babarrun zuriak barazkiekin Txerri solomoa lekakin Sasoiko fruta | 13 Makarroiak txorizo eta tomatearekin Legatza erromara entsaladarekin Sasoiko fruta | 14 Erregositako dilistak Gaztazko krocketak entsaladarekin Sasoiko fruta | 15 Kalabaza krema Oilasko errea Jogurta |
| Kkal: 470 Prot: 20 Lip: 18 H.C: 69 | Kkal: 571 Prot: 35 Lip: 33 H.C: 65 | Kkal: 734 Prot: 34 Lip: 24 H.C: 78,2 | Kkal: 668 Prot: 24 Lip: 31 H.C: 68 | Kkal: 381 Prot: 35 Lip: 25 H.C: 35 |
| 18 Espagetiak baratxuritan Indioilarko saltxitxak brocolarekin Sasoiko fruta | 19 Garbantzuak txorizo eta saiheskiarekin San Jakoboak entsaladarekin Sasoiko fruta | 20 Arroza ganbak eta txipiroiekin Legatza burdinara limoiarekin Sasoiko fruta | 21 Barazki krema Patata tortila entsaladarekin Jogurta | 22 Jibioizko marmita Almondrogiloak txanpinoiekin Sasoiko fruta |
| Kkal: 495 Prot: 21 Lip: 30 H.C: 76 | Kkal: 556 Prot: 20 Lip: 12 H.C: 44 | Kkal: 696 Prot: 31 Lip: 26 H.C: 70,1 | Kkal: 485 Prot: 17 Lip: 28 H.C: 38 | Kkal: 688 Prot: 31 Lip: 22 H.C: 60 |
| 25 Arroz zuria tomatearekin Txerri solomoa piperrekin Sasoiko fruta | 26 Babarrun gorriak txorizo eta saiheskiarekin Indioilar bularkiak entsaladarekin Sasoiko fruta | 27 Makarroi gazta eta bakoiekin Urdaiazpikoz tortila entsaladarekin Sasoiko fruta | 28 Barazki krema Labean egindako bakailaoa piperradarekin Jogurta | 29 Erregositako dilistak Txorizo krocketak entsaladarekin Sasoiko fruta |
| Kkal: 605 Prot: 26 Lip: 30 H.C: 83 | Kkal: 510 Prot: 29 Lip: 36 H.C: 49 | Kkal: 579 Prot: 78 Lip: 21 H.C: 67,4 | Kkal: 340 Prot: 19 Lip: 33 H.C: 30 | Kkal: 668 Prot: 24 Lip: 31 H.C: 68 |

- 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 sasoioko 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 ENERO

INF ANTIL + 1º PRIM



| Lunes | Martes | Miercoles | Jueves | Viernes |
|--|---|---|--|--|
| 11 Arroz blanco con tomate Tortilla de bonito con ensalada Fruta de temporada | 12 Alubias blancas con verduras Lomo de cerdo con vainas Fruta de temporada | 13 Macarrones con chorizo y tomate Filete de merluza a la romana con ensalada Fruta de temporada | 14 Lentejas con verduras Croquetas caseras de queso con ensalada Fruta de temporada | 15 Crema de calabaza Pollo asado Yogurt |
| Kkal: 470 Prot: 19,7 Lip: 18,2 H.C: 68,6 | Kkal: 571 Prot: 35,2 Lip: 32,8 H.C: 64,9 | Kkal: 734 Prot: 33,9 Lip: 24,5 H.C: 78,2 | Kkal: 668 Prot: 23,9 Lip: 31,3 H.C: 68,2 | Kkal: 381 Prot: 35,1 Lip: 24,7 H.C: 35 |
| 18 Espaguetis a la boloñesa Salchichas de pavo con brocoli Fruta de temporada | 19 Garbanzos con chorizo y costilla San Jacobos caseros con ensalada Yogurt liquido | 20 Arroz con gambas y chipirones Filete de merluza plancha con limon Fruta de temporada | 21 Crema de verduras Tortilla de patatas con ensalada Yogurt | 22 Patatas a la riojana Albóndigas de ternera con champiñones Fruta de temporada |
| Kkal: 549 Prot: 21,5 Lip: 31,1 H.C: 76,6 | Kkal: 555 Prot: 23,9 Lip: 15,3 H.C: 33,1 | Kkal: 696 Prot: 31 Lip: 25,9 H.C: 70,1 | Kkal: 485 Prot: 16,8 Lip: 27,8 H.C: 37,6 | Kkal: 590 Prot: 18,6 Lip: 18,8 H.C: 63,9 |
| 25 Arroz blanco con tomate Lomo de cerdo con pimientos Fruta de temporada | 26 Alubias rojas con chorizo y costilla Pechugas de pavo albardada con ensalada Yogurt liquido | 27 Macarrones con queso y bacón Tortilla de jamón con ensalada Fruta de temporada | 28 Crema de verduras Bacalao al horno con piperrada Yogurt | 29 Lentejas con verduras Croquetas caseras de chorizo con ensalada Fruta de temporada |
| Kkal: 605 Prot: 25,7 Lip: 30,2 H.C: 83,4 | Kkal: 509 Prot: 33,6 Lip: 39,6 H.C: 38 | Kkal: 579 Prot: 78,2 Lip: 21,2 H.C: 67,4 | Kkal: 340 Prot: 19 Lip: 32,6 H.C: 29,9 | Kkal: 668 Prot: 23,9 Lip: 31,3 H.C: 68,2 |

- 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.





URTARRILAKO MENUA



| Astelehena | Asteartea | Asteazkena | Osteguna | Ostirala |
|---|--|---|---|--|
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| 11 Arroz zuria tomatearekin Hegaluze tortila entsaladarekin Sasoiko fruta | 12 Babarrun zuriak barazkiekin Txerri solomoa lekakin Sasoiko fruta | 13 Makarroiak txorizo eta tomatearekin Legatza erromara entsaladarekin Sasoiko fruta | 14 Erregositako dilistak Gaztazko krocketak entsaladarekin Sasoiko fruta | 15 Kalabaza krema Oilasko errea Jogurta |
| Kkal: 470 Prot: 20 Lip: 18 H.C: 69 | Kkal: 571 Prot: 35 Lip: 33 H.C: 65 | Kkal: 734 Prot: 34 Lip: 24 H.C: 78,2 | Kkal: 668 Prot: 24 Lip: 31 H.C: 68 | Kkal: 381 Prot: 35 Lip: 25 H.C: 35 |
| 18 Espagetiak bolonesara Indioilarko saltxitxak brocolarekin Sasoiko fruta | 19 Garbantzuak txorizo eta saiheskiarekin San Jakoboak entsaladarekin Jogurta likidoa | 20 Arroza ganbak eta txipiroiekin Legatza burdinara limoiarekin Sasoiko fruta | 21 Barazki krema Patata tortila entsaladarekin Jogurta | 22 Patatak errioxako eran Almondrogiloak txanpinoiekin Sasoiko fruta |
| Kkal: 495 Prot: 21 Lip: 30 H.C: 76 | Kkal: 556 Prot: 20 Lip: 12 H.C: 44 | Kkal: 696 Prot: 31 Lip: 26 H.C: 70,1 | Kkal: 485 Prot: 17 Lip: 28 H.C: 38 | Kkal: 688 Prot: 31 Lip: 22 H.C: 60 |
| 25 Arroz zuria tomatearekin Txerri solomoa piperrekin Sasoiko fruta | 26 Babarrun gorriak txorizo eta saiheskiarekin Indioilar bularkiak entsaladarekin Jogurta likidoa | 27 Makarroi gazta eta bakoiekin Urdaiazpikoz tortila entsaladarekin Sasoiko fruta | 28 Barazki krema Labean egindako bakailaoa piperradarekin Jogurta | 29 Erregositako dilistak Txorizo krocketak entsaladarekin Sasoiko fruta |
| Kkal: 605 Prot: 26 Lip: 30 H.C: 83 | Kkal: 510 Prot: 29 Lip: 36 H.C: 49 | Kkal: 579 Prot: 78 Lip: 21 H.C: 67,4 | Kkal: 340 Prot: 19 Lip: 33 H.C: 30 | Kkal: 668 Prot: 24 Lip: 31 H.C: 68 |

- Gure plater guztiak hamburgeresak, albondigak, krocketak eta san jakoboak barne egunean bertan prestatzen dira lehengai onenak erabiliz.
- Arroz-esnea eta flanak artisau eran egiten dira gure sukaldeetan.
- Hiruhilabeteka sasoioko 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 ENERO

2 años



| Lunes | Martes | Miercoles | Jueves | Viernes |
|--|---|--|---|---|
| 11 Arroz blanco con tomate Tortilla de bonito con ensalada Fruta de temporada | 12 Alubias blancas con verduras Lomo de cerdo con vainas Fruta de temporada | 13 Macarrones con chorizo y tomate Filete de merluza a la romana Fruta de temporada | 14 Lentejas con verduras Croquetas caseras de queso Fruta de temporada | 15 Crema de calabaza Pollo asado Yogurt |
| Kkal: 470 Prot: 19,7 Lip: 18,2 H.C: 68,6 | Kkal: 571 Prot: 35,2 Lip: 32,8 H.C: 64,9 | Kkal: 734 Prot: 33,9 Lip: 24,5 H.C: 78,2 | Kkal: 668 Prot: 23,9 Lip: 31,3 H.C: 68,2 | Kkal: 381 Prot: 35,1 Lip: 24,7 H.C: 35 |
| 18 Espaguetis a la boloñesa Salchichas de pavo con brocoli Fruta de temporada | 19 Garbanzos con chorizo y costilla San Jacobos caseros Yogurt liquido | 20 Arroz con gambas y chipirones Filete de merluza plancha con limon Fruta de temporada | 21 Crema de verduras Tortilla de patatas Yogurt | 22 Patatas a la riojana Albóndigas de ternera con champiñones Fruta de temporada |
| Kkal: 549 Prot: 21,5 Lip: 31,1 H.C: 76,6 | Kkal: 555 Prot: 23,9 Lip: 15,3 H.C: 33,1 | Kkal: 696 Prot: 31 Lip: 25,9 H.C: 70,1 | Kkal: 485 Prot: 16,8 Lip: 27,8 H.C: 37,6 | Kkal: 590 Prot: 18,6 Lip: 18,8 H.C: 63,9 |
| 25 Arroz blanco con tomate Lomo de cerdo con pimientos Fruta de temporada | 26 Alubias rojas con chorizo y costilla Pechugas de pavo albardadas Yogurt liquido | 27 Macarrones con chorizo y tomate Tortilla de jamón Fruta de temporada | 28 Crema de verduras Filete de merluza a la romana Yogurt | 29 Lentejas con verduras Croquetas caseras de chorizo Fruta de temporada |
| Kkal: 605 Prot: 25,7 Lip: 30,2 H.C: 83,4 | Kkal: 514 Prot: 34,6 Lip: 40,6 H.C: 38 | Kkal: 576 Prot: 78 Lip: 20,9 H.C: 67,4 | Kkal: 544 Prot: 32,6 Lip: 25,5 H.C: 31,7 | Kkal: 668 Prot: 23,9 Lip: 31,3 H.C: 68,2 |

- 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.





URTARRILAKO MENUA

Bi urte



| Astelehena | Asteartea | Asteazkena | Osteguna | Ostirala |
|---|--|---|---|--|
| 11 Arroz zuria tomatearekin Hegaluze tortila entsaladarekin Sasoiko fruta | 12 Babarrun zuriak barazkiekin Txerri solomoa lekakin Sasoiko fruta | 13 Makarroiak txorizo eta tomatearekin Legatza erromara entsaladarekin Sasoiko fruta | 14 Erregositako dilistak Gaztazko krocketak entsaladarekin Sasoiko fruta | 15 Kalabaza krema Oilasko errea Jogurta |
| Kkal: 470 Prot: 20 Lip: 18 H.C: 69 | Kkal: 571 Prot: 35 Lip: 33 H.C: 65 | Kkal: 734 Prot: 34 Lip: 24 H.C: 78 | Kkal: 668 Prot: 24 Lip: 31 H.C: 68 | Kkal: 381 Prot: 35 Lip: 25 H.C: 35 |
| 18 Espagetiak bolonesara Indioilarko saltxitxak brocolarekin Sasoiko fruta | 19 Garbantzuak txorizo eta saiheskiarekin San Jakoboak entsaladarekin Jogurta likidoa | 20 Arroza ganbak eta txapiroiekin Legatza burdinara limoiarekin Sasoiko fruta | 21 Barazki krema Patata tortila entsaladarekin Jogurta | 22 Patatak errioxako eran Almondrogiloak txanpinoiekin Sasoiko fruta |
| Kkal: 495 Prot: 21 Lip: 30 H.C: 76 | Kkal: 556 Prot: 20 Lip: 12 H.C: 44 | Kkal: 696 Prot: 31 Lip: 26 H.C: 70 | Kkal: 485 Prot: 17 Lip: 28 H.C: 38 | Kkal: 688 Prot: 31 Lip: 22 H.C: 60 |
| 25 Arroz zuria tomatearekin Txerri solomoa piperrekin Sasoiko fruta | 26 Babarrun gorriak txorizo eta saiheskiarekin Indioilar bularkiak entsaladarekin Jogurta likidoa | 27 Makarroi gazta eta bakoiekin Urdaiazpikoz tortila entsaladarekin Sasoiko fruta | 28 Barazki krema Labean egindako bakailaoa piperradarekin Jogurta | 29 Erregositako dilistak Txorizo krocketak entsaladarekin Sasoiko fruta |
| Kkal: 605 Prot: 26 Lip: 30 H.C: 83 | Kkal: 510 Prot: 29 Lip: 36 H.C: 49 | Kkal: 579 Prot: 78 Lip: 21 H.C: 67 | Kkal: 340 Prot: 19 Lip: 33 H.C: 30 | 668 Prot: 24 Lip: 31 H.C: 68 |

- 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 sasoioko 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.

