



Gobierno Vasco

Noviembre 2017

Menú Basal



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

5 Kcal 908 HC 129 Lip 35 Pro 26

1° Tallarines con tomate y bonito

2° Croquetas de jamón con lechuga

Postre Yogur Pan

6 Kcal 908 HC 129 Lip 35 Pro 26

1° Tallarines con tomate y bonito

2° Croquetas de jamón con lechuga

Postre Yogur Pan

13 Kcal 667 HC 87 Lip 21 Pro 36

1° Menestra de verduras

2° Lomo adobado de cerdo con champiñones

Postre Fruta Pan

20 Kcal 929 HC 131 Lip 38 Pro 23

1° Macarrones con tomate

2° San jacobito con ensalada

Postre Yogur Pan

27 Kcal 702 HC 97 Lip 16 Pro 48

1° Lentejas con zanahoria

2° Lomo adobado de cerdo con pimientos

Postre Fruta Pan

7 Kcal 796 HC 102 Lip 22 Pro 53

1° Alubias blancas con zanahoria

2° Pechuga de pollo empanada con verduras

Postre Fruta Pan

14 Kcal 930 HC 113 Lip 37 Pro 42

1° Espaguetis con tomate

2° Bacalao rebozado con mahonesa

Postre Yogur Pan

21 Kcal 756 HC 92 Lip 33 Pro 23

1° Puré de verduras

2° Tortilla de patata con lechuga

Postre Fruta Pan

28 Kcal 857 HC 90 Lip 39 Pro 39

1° Crema de porrusalda

2° Hamburguesas de ternera con champiñones

Postre Natillas Pan

1 FIESTA

8 Kcal 933 HC 140 Lip 22 Pro 52

1° Paella

2° Guisado de ternera con champiñones

Postre Yogur Pan

15 Kcal 739 HC 86 Lip 35 Pro 23

1° Sopa de fideo

2° Tortilla de patata con lechuga

Postre Fruta Pan

22 Kcal 757 HC 88 Lip 29 Pro 38

1° Patatas en salsa verde

2° Muslo de pollo asado con zanahoria y calabacín

Postre Fruta Pan

29 Kcal 814 HC 112 Lip 28 Pro 34

1° Espaguetis con tomate y chorizo

2° Merluza a la romana con ensalada de maíz

Postre Fruta Pan

2 Kcal 851 HC 101 Lip 30 Pro 50

1° Lentejas con verduras

2° Hamburguesas con lechuga

Postre Fruta Pan

9 Kcal 757 HC 92 Lip 34 Pro 23

1° Crema de calabaza

2° Tortilla de patata con ensalada

Postre Fruta Pan

16 Kcal 759 HC 102 Lip 22 Pro 42

1° Alubias rojas con chorizo

2° Merluza al horno en salsa verde

Postre Fruta Pan

23 Kcal 826 HC 97 Lip 24 Pro 50

1° Garbanzos con calabaza

2° Palometa con tomate

Postre Yogur bebible Pan

30 Kcal 889 HC 103 Lip 38 Pro 37

1° Alubias blancas con verduras

2° Salchichas al horno con ketchup

Postre Yogur Pan

3 Kcal 685 HC 75 Lip 29 Pro 30

1° Vainas con patatas

2° Trucha fresca al horno con ensalada

Postre Fruta Pan

10 Kcal 791 HC 104 Lip 25 Pro 41

1° Garbanzos con chorizo

2° Merluza al horno en salsa marinera

Postre Fruta Pan

17 Kcal 839 HC 97 Lip 36 Pro 32

1° Crema de calabacín

2° Escalope de ternera con ensalada

Postre Fruta en almibar Pan

24 Kcal 921 HC 134 Lip 20 Pro 47

1° Arroz campero

2° Guisado de ternera a la jardinera

Postre Fruta Pan





Eusko Jaurlaritza

2017ko Azaroa

Oinarrizko Menua



Astelehena

Asteartea

Asteazkena

Osteguna

Ostirala

Astelehena		Asteartea		Asteazkena		Osteguna		Ostirala	
				1 JAIA		2 Kcal 851 HC 101 Lip 30 Pro 50 1° Dilistak barazkiekin 2° Hanburgesak uhazarekin Postrea Fruta Ogia		3 Kcal 685 HC 75 Lip 29 Pro 30 1° Lekak patatekin 2° Amuarrain fresko errea entsaladarekin Postrea Fruta Ogia	
6 Kcal 908 HC 129 Lip 35 Pro 26 1° Tailarinak tomate eta hegaluzearekin 2° Urdaiazpiko kroketak uhazarekin Postrea Jogurta Ogia	7 Kcal 796 HC 102 Lip 22 Pro 53 1° Indaba zuriak azenarioarekin 2° Oilasko bularki birrineztatua barazkiekin Postrea Fruta Ogia	8 Kcal 933 HC 140 Lip 22 Pro 52 1° Paela 2° Txahal gisatua barregorriekin Postrea Jogurta Ogia	9 Kcal 757 HC 92 Lip 34 Pro 23 1° Kuia krema 2° Patata tortila entsaladarekin Postrea Fruta Ogia	10 Kcal 791 HC 104 Lip 25 Pro 41 1° Garbantzuk txorizoarekin 2° Legatz errea marinel saltsan Postrea Fruta Ogia	11 Kcal 667 HC 87 Lip 21 Pro 36 1° Barazki menestra 2° Txerri solomo adobatua barregorriekin Postrea Fruta Ogia	12 Kcal 930 HC 113 Lip 37 Pro 42 1° Espagetiak tomatearekin 2° Makailu frijitua mahonesarekin Postrea Jogurta Ogia	13 Kcal 739 HC 86 Lip 35 Pro 23 1° Fideo zopa 2° Patata tortila uhazarekin Postrea Fruta Ogia	14 Kcal 759 HC 102 Lip 22 Pro 42 1° Indaba gorriak txorizoarekin 2° Legatz errea saltsa berdean Postrea Fruta Ogia	15 Kcal 839 HC 97 Lip 36 Pro 32 1° Kuitxo krema 2° Txahal eskalopea entsaladarekin Postre Fruta almib. Ogia
20 Kcal 929 HC 131 Lip 38 Pro 23 1° Makarroiak tomatearekin 2° San jakoboa entsaladarekin Postrea Jogurta Ogia	21 Kcal 756 HC 92 Lip 33 Pro 23 1° Barazki purea 2° Patata tortila uhazarekin Postrea Fruta Ogia	22 Kcal 757 HC 88 Lip 29 Pro 38 1° Patatak saltsa berdean 2° Oilasko izter errea azenario eta kuitxoarekin Postrea Fruta Ogia	23 Kcal 826 HC 97 Lip 24 Pro 50 1° Garbantzuk kuiarekin 2° Papardoa tomatearekin Postrea E. Jogurta Ogia	24 Kcal 921 HC 134 Lip 20 Pro 47 1° Kanpero arroza 2° Txahal gisatua barazkiekin Postrea Fruta Ogia	27 Kcal 702 HC 97 Lip 16 Pro 48 1° Dilistak azenarioarekin 2° Txerri solomo adobatua piperrekin Postrea Fruta Ogia	28 Kcal 857 HC 90 Lip 39 Pro 39 1° Porrusaltsa krema 2° Txahal hanburgesak barregorriekin Postrea Natilak Ogia	29 Kcal 814 HC 112 Lip 28 Pro 34 1° Espagetiak tomate eta txorizoarekin 2° Legatz frijitua arto entsaladarekin Postrea Fruta Ogia	30 Kcal 889 HC 103 Lip 38 Pro 37 1° Indaba zuriak barazkiekin 2° Saltxitxa erreak ketxuparekin Postrea Jogurta Ogia	

