



Gobierno Vasco

Enero 2018

Menú Basal



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

8 Kcal 809 Glú 100 Lip 40 Pro 16

- 1° Vainas con patatas
- 2° San jacobito con lechuga

Postre Fruta Pan

15 Kcal 675 Glú 76 Lip 25 Pro 39

- 1° Sopa de fideo
- 2° Pechuga de pollo empanada con lechuga

Postre Fruta Pan

22 Kcal 918 Glú 124 Lip 35 Pro 33

- 1° Lentejas con puerros
- 2° Empanadillas de atún con ensalada

Postre Yogur Pan

29 Kcal 811 Glú 113 Lip 25 Pro 36

- 1° Tallarines con tomate
- 2° Bacalao rebozado con ensalada de maíz

Postre Fruta Pan

9 Kcal 849 Glú 106 Lip 28 Pro 46

- 1° Alubias blancas con chorizo
- 2° Merluza a la riojana

Postre Yogur Pan

16 Kcal 885 Glú 140 Lip 19 Pro 45

- 1° Arroz con verduras
- 2° Guisado de ternera a la jardinera

Postre Fruta Pan

23 Kcal 881 Glú 112 Lip 36 Pro 32

- 1° Espaguetis con tomate y verduras
- 2° Merluza a la romana con mahonesa

Postre Fruta Pan

30 Kcal 700 Glú 73 Lip 29 Pro 58

- 1° Menestra de verduras
- 2° Lomo adobado de cerdo con champiñones

Postre Yogur Pan

10 Kcal 830 Glú 129 Lip 19 Pro 42

- 1° Paella
- 2° Albóndigas con tomate

Postre Fruta Pan

17 Kcal 804 Glú 75 Lip 33 Pro 55

- 1° Alubias rojas con zanahoria
- 2° Trucha fresca al horno con ensalada

Postre Yogur Pan

24 Kcal 776 Glú 92 Lip 36 Pro 25

- 1° Crema de zanahoria
- 2° Tortilla de patata con lechuga

Postre Yogur bebible Pan

31 Kcal 921 Glú 134 Lip 23 Pro 46

- 1° Arroz campero
- 2° Guisado de ternera a la jardinera

Postre Fruta Pan

11 Kcal 893 Glú 104 Lip 33 Pro 39

- 1° Garbanzos con calabaza
- 2° Tortilla de patata con ensalada

Postre Yogur Pan

18 Kcal 751 Glú 83 Lip 38 Pro 22

- 1° Puré de verduras
- 2° Salchichas al horno con ketchup

Postre Fruta Pan

25 Kcal 846 Glú 101 Lip 27 Pro 45

- 1° Garbanzos con arroz
- 2° Hamburguesas de ternera con pimientos

Postre Fruta Pan

12 Kcal 758 Glú 83 Lip 31 Pro 36

- 1° Crema de espinacas
- 2° Escalope de ternera con champiñones

Postre Fruta Pan

19 Kcal 767 Glú 103 Lip 26 Pro 35

- 1° Patatas a la riojana
- 2° Bacalao rebozado con pisto

Postre Natillas Pan

26 Kcal 858 Glú 83 Lip 35 Pro 43

- 1° Sopa de lluvia
- 2° Muslo de pollo asado con chips

Postre Fruta Pan