



Menú Gobierno Vasco

NOVIEMBRE 2016

Menú Basal

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

FIESTA

2

Kcal 892 HC 122 Lip 34 Pro 31

1° Lentejas con chorizo
2° Empanadillas de atún con lechuga
Postre Fruta Pan

3

Kcal 717 HC 75 Lip 32 Pro 34

1° Vainas con patatas
2° Hamburguesas de ternera con champiñones
Postre Yogur Pan

4

Kcal 941 HC 103 Lip 29 Pro 68

1° Alubias blancas con zanahoria
2° Muslo de pollo asado a las finas hierbas con ensalada
Postre Fruta Pan

7

Kcal 900 HC 121 Lip 25 Pro 47

1° Espaguetis con tomate y huevo
2° Bacalao rebozado con lechuga
Postre Yogur Pan

8

Kcal 750 HC 97 Lip 18 Pro 45

1° Garbanzos con calabaza
2° Pechuga de pollo empanada con zanahoria y calabacín
Postre Fruta Pan

9

Kcal 918 HC 140 Lip 21 Pro 48

1° Arroz con verduras
2° Guisado de ternera a la jardinera
Postre Natillas Pan

10

Kcal 767 HC 76 Lip 43 Pro 22

1° Crema de zanahoria
2° Salchichas al horno con ensalada
Postre Fruta Pan

11

Kcal 721 HC 95 Lip 24 Pro 30

1° Patatas con carne
2° Merluza a la riojana
Postre Fruta Pan

14

Kcal 750 HC 90 Lip 37 Pro 17

1° Menestra de verduras
2° Croquetas de jamón con ensalada
Postre Fruta Pan

15

Kcal 778 HC 107 Lip 21 Pro 44

1° Tallarines con tomate y queso
2° Lomo fresco de cerdo con champiñones
Postre Yogur Pan

16

Kcal 757 HC 92 Lip 34 Pro 23

1° Crema de calabacín
2° Tortilla de patata con lechuga
Postre Fruta Pan

17

Kcal 718 HC 97 Lip 20 Pro 43

1° Alubias rojas con chorizo
2° Trucha fresca al horno con verduras
Postre Yogur Pan

18

Kcal 725 HC 77 Lip 30 Pro 36

1° Sopa de fideo y ave
2° Escalope de ternera con pimientos
Postre Fruta Pan

21

Kcal 856 HC 121 Lip 22 Pro 44

1° Macarrones con tomate
2° Bacalao rebozado con ensalada
Postre Yogur bebible Pan

22

Kcal 800 HC 82 Lip 31 Pro 36

1° Puré de verduras
2° Hamburguesas con lechuga
Postre Fruta Pan

23

Kcal 785 HC 87 Lip 32 Pro 40

1° Patatas en salsa verde
2° Chuleta de cerdo en salsa de mostaza
Postre Yogur Pan

24

Kcal 710 HC 98 Lip 18 Pro 43

1° Garbanzos con chorizo
2° Medallón de verdal con tomate
Postre Fruta Pan

25

Kcal 888 HC 139 Lip 19 Pro 46

1° Arroz con mejillones
2° Guisado de ternera con champiñones
Postre Fruta Pan

28

Kcal 709 HC 98 Lip 16 Pro 48

1° Lentejas con puerros
2° Lomo adobado de cerdo con pimientos
Postre Fruta Pan

29

Kcal 795 HC 87 Lip 38 Pro 31

1° Crema de espinacas
2° Tortilla de patata con lechuga
Postre Yogur Pan

30

Kcal 736 HC 114 Lip 32 Pro 32

1° Espaguetis con tomate y bacón
2° Merluza al horno en salsa verde
Postre Fruta Pan



EUSKO JAURLARITZAKO MENUA

2016KO AZAROA

Oinarrizko Menua

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Astelehena

Asteartea

Asteazkena

Osteguna

Ostirala

1

JAIA

2

Kcal 892 HC 122 Lip 34 Pro 31

- 1° Dilistak txorizoarekin
- 2° Hagaluze enpanadilak uhazarekin

Postrea Fruta Ogia

3

Kcal 717 HC 75 Lip 32 Pro 34

- 1° Lekak patatekin
- 2° Txahal hanburgesak barregorriekin

Postrea Jogurta Ogia

4

Kcal 941 HC 103 Lip 29 Pro 68

- 1° Indaba zuriak azenarioarekin
- 2° Oilasko izter errea belar finetan entsaladarekin

Postrea Fruta Ogia

7

Kcal 900 HC 121 Lip 25 Pro 47

- 1° Espagetiak tomate eta arrautzarekin
- 2° Makailu frijitua uhazarekin

Postrea Jogurta Ogia

8

Kcal 750 HC 97 Lip 18 Pro 45

- 1° Garbantzuak kuiarekin
- 2° Oilasko bularki birrineztatua azenario eta kuitxoarekin

Postrea Fruta Ogia

9

Kcal 918 HC 140 Lip 21 Pro 48

- 1° Arroza barazkiekin
- 2° Txahal gisatua barazkiekin

Postrea Natilak Ogia

10

Kcal 767 HC 76 Lip 43 Pro 22

- 1° Azenario krema
- 2° Saltxitxa erreka entsaladarekin

Postrea Fruta Ogia

11

Kcal 721 HC 95 Lip 24 Pro 30

- 1° Patatak haragiarekin
- 2° Legatza errioxar erara

Postrea Fruta Ogia

14

Kcal 750 HC 90 Lip 37 Pro 17

- 1° Menestra de verduras
- 2° Jamoizko kroketak entsaladarekin

Postrea Fruta Ogia

15

Kcal 778 HC 107 Lip 21 Pro 44

- 1° Tailarinak tomate eta gaztarekin
- 2° Txerri solomo freskoa barregorriekin

Postrea Jogurta Ogia

16

Kcal 757 HC 92 Lip 34 Pro 23

- 1° Kuitxo krema
- 2° Patata tortila uhazarekin

Postrea Fruta Ogia

17

Kcal 718 HC 97 Lip 20 Pro 43

- 1° Indaba gorriak txorizoarekin
- 2° Amuarrain fresko errea barazkiekin

Postrea Jogurta Ogia

18

Kcal 725 HC 77 Lip 30 Pro 36

- 1° Fideo eta hegazti zopa
- 2° Txahal eskalopea piperrekin

Postrea Fruta Ogia

21

Kcal 856 HC 121 Lip 22 Pro 44

- 1° Makarroiak tomatearekin
- 2° Makailu frijitua entsaladarekin

Postrea Edateko J. Ogia

22

Kcal 800 HC 82 Lip 31 Pro 36

- 1° Barazki purea
- 2° Hanburgesak uhazarekin

Postrea Fruta Ogia

23

Kcal 785 HC 87 Lip 32 Pro 40

- 1° Patatak saltsa berdean
- 2° Txerri txuleta ziape saltsan

Postrea Jogurta Ogia

24

Kcal 710 HC 98 Lip 18 Pro 43

- 1° Garbantzuak txorizoarekin
- 2° Berdel xerra

Postrea Fruta Ogia

25

Kcal 888 HC 139 Lip 19 Pro 46

- 1° Arroza muskuiluekin
- 2°

Postrea Fruta Ogia

28

Kcal 709 HC 98 Lip 16 Pro 48

- 1° Dilistak porruarekin
- 2° Txerri solomo adobatua piperrekin

Postrea Fruta Ogia

29

Kcal 795 HC 87 Lip 38 Pro 31

- 1° Ziazerba krema
- 2° Patata tortila uhazarekin

Postrea Jogurta Ogia

30

Kcal 736 HC 114 Lip 32 Pro 32

- 1° Espagetiak tomate eta bakonarekin
- 2° Legatz errea saltsa berdean

Postrea Fruta Ogia