

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes



Zuen seme-alabek jaten duten guztia ikastolako sukaldean prestatzen da. Menuan, produktu ekologikoak (makarroiak, fideoak eta dilistak), bertako ogia (ostiralero ogi integrala) eta hilabetean 1 bertako esnearekin prestatutako natilak, kakaoa esnea edo arroz esnea eta bertako jogurta jango dute.

Todo lo que comen vuestros hijos se prepara en la cocina del centro. En el menu, meteremos productos ecologicos (macarrones, fideos y lentejas), pan local (todos los viernes pan integral) y 1 vez al mes comeran natillas, cacao con leche o arroz con leche preparado con la leche local y yogur local.

<p><b>12</b> KCal. 783 H.C. 74 Lip. 41 P. 32</p> <p>PURE DE VERDURAS</p> <p>ALBONDIGAS EN SALSA CON VERDURITAS</p> <p>HELADO</p> <p>PAN</p>	<p><b>13</b> KCal. 741 H.C. 99 Lip. 24 P. 33</p> <p>ALUBIAS BLANCAS</p> <p>TORTILLA DE PATATAS CON ATUN • ENSALADA CUATRO ESTACIONES</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p> <p><b>km.0</b></p>	<p><b>14</b> KCal. 929 H.C. 170 Lip. 22 P. 23</p> <p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>ENSALADA DE PASTA CON VINAGRETA</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p> <p><b>eko</b></p>	<p><b>15</b> KCal. 834 H.C. 103 Lip. 39 P. 21</p> <p>GUISANTES CON PATATAS</p> <p>EMSPANADILLAS DE ATUN • LECHUGA</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN INTEGRAL</p> <p><b>km.0</b></p>	<p><b>16</b> KCal. 814 H.C. 103 Lip. 34 P. 31</p> <p>CARACOLLOS CON TOMATE</p> <p>MERLUZA FRESCA AL HORNO • MAHONESA</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p> <p><b>eko</b></p>
<p><b>19</b> KCal. 846 H.C. 92 Lip. 34 P. 49</p> <p>PATATAS A LA RIOJANA</p> <p>FILETE DE POLLO EMPANADO • LECHUGA</p> <p>NATILLA CASERA</p> <p>PAN</p> <p><b>km.0</b></p>	<p><b>20</b> KCal. 720 H.C. 91 Lip. 29 P. 30</p> <p>LENTEJAS A LA CASTELLANA</p> <p>HUEVOS FRITOS • PATATAS FRITAS</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p> <p><b>eko</b></p>	<p><b>21</b> KCal. 869 H.C. 101 Lip. 39 P. 35</p> <p>ALUBIAS PINTAS DE LEON</p> <p>GRANADERO EMPANADO • LECHUGA</p> <p>YOGUR</p> <p>PAN</p> <p><b>km.0</b></p>	<p><b>22</b> KCal. 726 H.C. 79 Lip. 33 P. 30</p> <p>COLIFLOR CON PATATAS</p> <p>FILETE RUSO DE TERNERA EN SALSA • CHAMPIÑONES</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN INTEGRAL</p>	<p><b>23</b> KCal. 848 H.C. 146 Lip. 24 P. 20</p> <p>ARROZ TRES DELICIAS</p> <p>PURE DE ZANAHORIA</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p> <p><b>eko</b></p>
<p><b>26</b> KCal. 733 H.C. 79 Lip. 33 P. 35</p> <p>JUDIAS VERDES CON PATATAS</p> <p>ESCALOPE DE CERDO A LA MILANESA CON PIMIENTOS ROJOS</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p><b>27</b> KCal. 879 H.C. 124 Lip. 34 P. 27</p> <p>MACARRONES SALTEADOS CON CHAMPIÑÓN Y CALABACIN</p> <p>TORTILLA DE PATATAS HORNO • ENSALADA CUATRO ESTACIONES</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p> <p><b>eko</b></p>	<p><b>28</b> KCal. 811 H.C. 89 Lip. 36 P. 39</p> <p>GARBANZOS</p> <p>FILETE DE MERLUZA A LA ROMANA • LECHUGA</p> <p>ACTIMEL</p> <p>PAN</p> <p><b>km.0</b></p>	<p><b>29</b> KCal. 723 H.C. 118 Lip. 18 P. 28</p> <p>ENSALADA PRIMAVERAL</p> <p>LENTEJAS ECOLOGICAS</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN INTEGRAL</p> <p><b>eko</b></p>	<p><b>30</b> KCal. 555 H.C. 54 Lip. 24 P. 32</p> <p>SOPA DE PESCADO</p> <p>MUSLO DE POLLO ASADO • PATATAS FRITAS</p> <p>YOGUR</p> <p>PAN</p> <p><b>km.0</b></p>

Zuen seme-alabek jaten du