

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

04 Kcal 785 Lip. 20 P. 42 H.C. 104 – Garbanzos ● Bacalao en salsa marinera ● Fruta Pan	05 Kcal 894 Lip. 38 P. 55 H.C. 80 ● Puré de verdura – Lomo adobado de cerdo empanado con lechuga – Actimel Pan	06	07 Kcal 982 Lip. 27 P. 42 H.C. 135 – Arroz con salchichas y chorizo – Filete de abadejo romana con ensalada liz – Yogurt sabores Pan	08 Kcal 791 Lip. 30 P. 29 H.C. 100 – Sopa de lluvia – Albóndigas de pollo y cerdo en salsa suave con patatas ● Fruta Pan
11 Kcal 872 Lip. 33 P. 40 H.C. 99 ● Crema de calabacín – Pechugas de pollo rebozadas con chips ● Fruta Pan	12 Kcal 927 Lip. 29 P. 40 H.C. 125 – Espirales con tomate – Filete de merluza en salsa verde – Yogurt sabores Pan	13 Kcal 718 Lip. 23 P. 23 H.C. 102 – Guisantes rehogados – Tortilla de patata con lechuga ● Fruta Pan	14 Kcal 900 Lip. 24 P. 28 H.C. 140 ● Patatas a la marinera – San jacob con ensalada liz – Yogurt natural azucarado Pan	15 Kcal 806 Lip. 26 P. 43 H.C. 93 – Alubias rojas – Hamburguesa de ternera 100% en salsa jardinera ● Fruta Pan
18 Kcal 933 Lip. 30 P. 36 H.C. 135 – Paella – Merluza en salsa americana ● Fruta Pan	19 Kcal 817 Lip. 29 P. 33 H.C. 91 – Lentejas – Tortilla de patata con lechuga – Yogurt griego Pan	20 Kcal 679 Lip. 25 P. 26 H.C. 87 – Sopa de ave con fideos – Hamburguesa de vacuno y cerdo al horno en salsa jardinera ● Fruta Pan	21 Kcal 664 Lip. 16 P. 48 H.C. 84 ● Crema de calabaza y zanahoria – Muslo de pollo asado con ensalada liz – Yogurt sabores Pan	22 Kcal 878 Lip. 28 P. 45 H.C. 102 – Garbanzos – Filete de abadejo romana con mahonesa ● Fruta Pan
25 Kcal 853 Lip. 33 P. 47 H.C. 93 ● Patatas a la riojana – Guisado de ternera en salsa de verduras con setas ● Fruta Pan	26 Kcal 913 Lip. 42 P. 24 H.C. 107 – Vainas rehogadas – Croquetas con jamón york y ensalada liz – Yogurt sabores Pan	27 Kcal 910 Lip. 23 P. 46 H.C. 126 – Macarrones con tomate – Pechugas de pollo con salsa rubia ● Fruta Pan	28 Kcal 800 Lip. 23 P. 46 H.C. 95 – Alubias blancas – Filete de merluza en salsa verde – Yogurt natural azucarado Pan	29 Kcal 711 Lip. 29 P. 33 H.C. 79 ● Puré de acelgas y espinacas – Escalope de cerdo con lechuga ● Fruta Pan

● Este punto indica los platos y días gestionados a través de proveedores de nuestro programa KODE..

ALIMENTOS CONSUMIDOS EN LA COMIDA	SUGERENCIA PARA LA CENA
Arroz, pasta, patata o legumbre	Verduras u hortalizas crudas o cocinadas
Verduras	Arroz, pasta o patata
Carnes	Pescados o huevo
Pescados	Carne o huevo
Huevo	Pescado o carne
Fruta	Lácteo o fruta
Lácteo	Fruta



ASTELEHENA

ASTEARTEA

ASTEAZKENA

OSTEGUNA

OSTIRALA

01

<p>04 Kcal 785 P. 42 Lip. 20 H.C. 104</p> <ul style="list-style-type: none"> - Garbantuak ● Bakailaooa marinela saltsan ● Fruta Ogia 	<p>05 Kcal 894 P. 55 Lip. 38 H.C. 80</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Barazki purea - Txerri solomo ontzutu birrineztatua letxugarekin - Actimel Ogia 	<p>06</p>	<p>07 Kcal 982 P. 42 Lip. 27 H.C. 135</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroza saltxitxa eta txorizoarekin - Abadira xerra erromatar erara liz entsaladarekin - Zaporedun jogurta Ogia 	<p>08 Kcal 791 P. 29 Lip. 30 H.C. 100</p> <ul style="list-style-type: none"> - Euri zopa - Oilasko eta txerri albondigak saltsa leunean patatekin ● Fruta Ogia
<p>11 Kcal 872 P. 40 Lip. 33 H.C. 99</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Kalabazin krema - Oilasko bularki arrautzatuak txip patatekin ● Fruta Ogia 	<p>12 Kcal 927 P. 40 Lip. 29 H.C. 125</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kiribilak tomatearekin - Legatz xerra saltsa berdean - Zaporedun jogurta Ogia 	<p>13 Kcal 718 P. 23 Lip. 23 H.C. 102</p> <ul style="list-style-type: none"> - Iilar sueztituak - Patata tortila letxugarekin ● Fruta Ogia 	<p>14 Kcal 900 P. 28 Lip. 24 H.C. 140</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Patatak marinela erara - San jakoboa liz entsaladarekin - Azukredun jogurt naturala Ogia 	<p>15 Kcal 806 P. 43 Lip. 26 H.C. 93</p> <ul style="list-style-type: none"> - Indaba gorriak - %100 txahal hanburgesa jardinera saltsan ● Fruta Ogia
<p>18 Kcal 933 P. 36 Lip. 30 H.C. 135</p> <ul style="list-style-type: none"> - Paella - Legatza saltsa amerikarrean ● Fruta Ogia 	<p>19 Kcal 817 P. 33 Lip. 29 H.C. 91</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dilistak - Patata tortila letxugarekin - Greziar jogurta Ogia 	<p>20 Kcal 679 P. 26 Lip. 25 H.C. 87</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hegazti zopa fideoekin - Behiki eta txerri hanburgesa laban eginda jardinera saltsan ● Fruta Ogia 	<p>21 Kcal 664 P. 48 Lip. 16 H.C. 84</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Kalabaza eta azenario krema - Oilasko iztar errea liz entsaladarekin - Zaporedun jogurta Ogia 	<p>22 Kcal 878 P. 45 Lip. 28 H.C. 102</p> <ul style="list-style-type: none"> - Garbantuak - Abadira xerra erromatar erara maionesearekin ● Fruta Ogia
<p>25 Kcal 853 P. 47 Lip. 33 H.C. 93</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Patatak errioxar erara - Txahal gisatua barazki eta ziza-saltsan ● Fruta Ogia 	<p>26 Kcal 913 P. 24 Lip. 42 H.C. 107</p> <ul style="list-style-type: none"> - Leka sueztituak - Kroketa urdaiazpiko egosi eta liz entsaladarekin - Zaporedun jogurta Ogia 	<p>27 Kcal 910 P. 46 Lip. 23 H.C. 126</p> <ul style="list-style-type: none"> - Makarroiak tomatearekin - Oilasko bularkiak saltsa horixan ● Fruta Ogia 	<p>28 Kcal 800 P. 46 Lip. 23 H.C. 95</p> <ul style="list-style-type: none"> - Indaba zuriak - Legatz xerra saltsa berdean - Azukredun jogurt naturala Ogia 	<p>29 Kcal 711 P. 33 Lip. 29 H.C. 79</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Zerba eta ziazerba purea - Txerri eskalopea letxugarekin ● Fruta Ogia

● Puntu hau gure KODE Programako hornitzaileen bidez kudeatutako plateren eta egunen adierazgarri da.

BAZKARIAN HARTUTAKO JAKIAK	AFALTZEKO GOMENDIOAK
Arroza, orekia, patata edo lekaleak	Barazki edo ortuari gordin edo prestatuak
Barazkiak	Arroza, orekia edo patatak
Haragiak	Arraina edo arrautza
Arrainak	Haragia edo arrautza
Arrautza	Arraina edo haragia
Fruta	Esnekia edo fruta
Esnekia	Fruta

www.gastronomiabaska.com

AENOR

PROTOCOLO
FRENTE AL COVID-19

CB CORPORACION

