NUTRIZIO DEPARTAMENTUAK EGINDAKO MENUA aramark

HILABETEA: Azaroa 2026

- Nombre del Colegio -

Astelehena	Asteartea	Asteazkena	Osteguna	Ostirala
2 Dilistak (eko) egosiak barazkiekin Patata tortilla tipularekin + letxuga, tomate eta tipula entsaladarekin Laranja eta Ogia VE:3.506/839 GT:25 GS:3 HC:122 AZ:24 PROT:30 SAL:2	3 Kuiatxo krema (eko) Oilasko eta barazki paella Sagarra eta Gari osoko ogia VE:2.456/588 GT:9 GS:1 HC:108 AZ:21 PROT:20 SAL:1	4 Makarroi (eko) integralak azenario saltsarekin Bisigua labean egina + entsalada freskoa letxuga, oliba eta erremolatxarekin Udarea eta Ogia VE:3.010/720 GT:23 GS:3 HC:92 AZ:23 PROT:35 SAL:2	5 Brokoli (eko.) patata eta olioarekin Txitxirioak kuiarekin Jogurt naturala eta Gari osoko ogia VE:2.969/710 GT:25 GS:4 HC:95 AZ:11 PROT:23 SAL:1	6 Ilarrak tomate saltsa eta tipularekin Txahal sukalki gisatua + barazki salteatuak Mandarina eta Ogia VE:2.792/668 GT:18 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:45 SAL:1
9 Leka (eko.) salteatuak patatarekin Txerri pernil xerra plantxan egina + letxuga, tomate eta arto entsaladarekin Laranja eta Ogia VE:2.492/596 GT:26 GS:5 HC:64 AZ:22 PROT:27 SAL:1	10 Babarrun txuri (eko) barazkiekin erregosiak Izokina labean egina (baratxuria, perrexil) + letxuga, tipula eta oliba entsaladarekin Mandarina eta Gari osoko ogia VE:2.746/657 GT:26 GS:4 HC:68 AZ:16 PROT:39 SAL:3	11 Arroza tomatearekin (eko). Arrautza-nahasiak gaztarekin Udarea eta Ogia VE:2.596/621 GT:8 GS:1 HC:112 AZ:19 PROT:26 SAL:1	12 Itsaski-arrain zopa fideo (eko.) integralekin Oilasko bularra plantxan + pistoarekin Jogurt naturala eta Gari osoko ogia VE:1.992/477 GT:12 GS:3 HC:187 AZ:9 PROT:39 SAL:1	13 Azalore krema (eco.) Patata eta sojazko boloñesa pastela + letxuga, tomate eta tipula entsaladarekin Sagarra eta Ogia VE:2.439/583 GT:17 GS:2 HC:239 AZ:31 PROT:20 SAL:2
16 Dilistak (eko) egosiak barazkiekin Arrautza gratina tomate saltsarekin eta gazta birrinduarekin + letxuga, tomate eta tipula entsaladarekin Laranja eta Ogia VE:3.404/814 GT:25 GS:5 HC:113 AZ:20 PROT:32 SAL:2	17 Makarroi (eko) integralak azenario saltsarekin Oilasko izterrak limoi zukuan + letxuga, azenario eta tipula entsaladarekin Sagarra eta Gari osoko ogia VE:2.635/630 GT:16 GS:3 HC:79 AZ:22 PROT:41 SAL:2	18 Napoliko arroza (eko) Arrain freskoa + letxuga, tomate eta arto entsaladarekin Udarea eta Ogia VE:2.688/643 GT:8 GS:0 HC:110 AZ:18 PROT:33 SAL:1	19 Kuiatxo krema (eko) Txahal sukalki gisatua + patata dadoekin Jogurt naturala eta Gari osoko ogia VE:3.326/796 GT:38 GS:9 HC:69 AZ:12 PROT:39 SAL:1	20 Zerba freskoak patatekin Espagetiak soja boloñesarekin Mandarina eta Ogia VE:2.228/533 GT:6 GS:1 HC:100 AZ:16 PROT:20 SAL:1
23 Arroza (eko.) hiru delizia erara Txahal hanburgesa + letxuga, tomate eta tipula entsaladarekin Laranja eta Ogia VE:2.823/675 GT:19 GS:4 HC:104 AZ:19 PROT:32 SAL:2	24 Patata eta kuia krema (eko.) Txitxirio gisatuak + arroza salteatua (eko.) Sagarra eta Gari osoko ogia VE:3.189/763 GT:7 GS:0 HC:133 AZ:26 PROT:22 SAL:2	25 Zopa pasta (eko) integralarekin Indioilar egosia barazkiekin (tipula, azenarioa, patata eta tomatea) Udarea eta Ogia VE:2.211/529 GT:11 GS:3 HC:80 AZ:22 PROT:30 SAL:1	26 Babarrun pikart (eko) barazkiekin erregosiak Patata tortilla + entsalada freskoa letxuga, oliba eta erremolatxarekin Jogurt naturala eta Gari osoko ogia VE:3.325/795 GT:38 GS:8 HC:75 AZ:12 PROT:37 SAL:2	27 Barazki menestra Legatza donostiar erara + letxuga, tomate eta tipula entsaladarekin Mandarina eta Ogia VE:2.613/625 GT:31 GS:3 HC:59 AZ:15 PROT:27 SAL:1
30 Leka (eko.) salteatuak patatarekin Arrautza-nahasiak york urdaiazpikoarekin + letxuga, tomate eta arto entsaladarekin Jogurt naturala eta Ogia VE:2.343/561 GT:27 GS:7 HC:51 AZ:13 PROT:27 SAL:1				AZAROKO MENU BASALA MENÚ BASAL DE NOVIEMBRE