

Normal (guarderías)

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

02

03

04

07

Kcal 839  
Lip. 24

P. 31  
H.C. 125

- Lentejas con chorizo
- Huevos villarroy con lechuga
- Fruta
- Pan

08

Kcal 798  
Lip. 34

P. 39  
H.C. 83

- Vainas con tomate y patata
- Albóndigas de ave
- Yogurt
- Pan

09

Kcal 877  
Lip. 22

P. 47  
H.C. 123

- Coditos con tomate y chorizo
- Pechugas de pollo en salsa de champiñón
- Fruta
- Pan

10

Kcal 892  
Lip. 23

P. 40  
H.C. 135

- Arroz con tomate
- Filete de merluza romana con pimientos rojos
- Yogurt
- Pan

11

Kcal 778  
Lip. 20

P. 40  
H.C. 108

- Patatas en salsa verde
- Lomo fresco de cerdo empanado con ensalada liz
- Helado
- Pan

14

Kcal 1078  
Lip. 30

P. 33  
H.C. 173

- Arroz con salchichas y chorizo
- San jacob con lechuga
- Fruta
- Pan

15

Kcal 723  
Lip. 11

P. 46  
H.C. 107

- Garbanzos con verdura
- Zapatero con tomate
- Yogurt
- Pan

16

Kcal 813  
Lip. 30

P. 40  
H.C. 96

- Sopa de estrellas con pollo y huevo
- Lomo adobado con chips
- Fruta
- Pan

17

Kcal 794  
Lip. 27

P. 44  
H.C. 92

- Puré de verdura
- Carne guisada de ternera con verduras
- Yogurt
- Pan

18

Kcal 834  
Lip. 21

P. 52  
H.C. 109

- Espirales salteados con champiñón y bacon
- Muslo de pollo asado con lechuga
- Fruta
- Pan

21

Kcal 696  
Lip. 17

P. 31  
H.C. 105

- Patatas a la riojana
- Hamburguesa de vacuno al horno con tomate
- Fruta
- Pan

22

Kcal 964  
Lip. 34

P. 39  
H.C. 124

- Alubias rojas con verdura
- Salmón empanado con mahonesa
- Yogurt
- Pan

23

Kcal 893  
Lip. 28

P. 31  
H.C. 129

- Espaguetis con tomate
- Salchichas frankfurt con tomate y patatas fritas
- Fruta
- Pan

24

Kcal 651  
Lip. 20

P. 37  
H.C. 80

- Crema de calabaza y zanahoria
- Estofado de pavo con verduras
- Yogurt
- Pan

25

Kcal 794  
Lip. 21

P. 33  
H.C. 119

- Lentejas con chorizo
- Tortilla de patata con lechuga
- Fruta
- Pan

28

Kcal 746  
Lip. 25

P. 37  
H.C. 93

- Crema de calabacín
- Lomo adobado con pimientos rojos
- Fruta
- Pan

29

Kcal 1000  
Lip. 19

P. 45  
H.C. 159

- Garbanzos con verdura
- Pizza
- Flan vainilla
- Pan

30

Kcal 850  
Lip. 20

P. 43  
H.C. 119

- Macarrones con tomate
- Estofado de pollo en salsa rubia
- Yogurt
- Pan

31

Kcal 853  
Lip. 22

P. 37  
H.C. 132

- Arroz tres delicias
- Filete de merluza romana con lechuga
- Fruta
- Pan

● Este símbolo 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



Arrunta (haurtzaindegiak)

ASTELEHENA

ASTEARTEA

ASTEAZKENA

OSTEGUNA

OSTIRALA

01

02

03

04

07

Kcal 839 P. 31  
Lip. 24 H.C. 125

- Dilistak txorizoarekin
- Bilarro arrautzak letxugarekin
- **Fruta**
- Ogia

08

Kcal 798 P. 39  
Lip. 34 H.C. 83

- Lekak tomate eta patatekin
- Hegazti albondigak
- Jogurta
- Ogia

09

Kcal 877 P. 47  
Lip. 22 H.C. 123

- Koditoak tomate eta txorizoarekin
- Oilasko bularkiak barrengorri saltsan
- **Fruta**
- Ogia

10

Kcal 892 P. 40  
Lip. 23 H.C. 135

- Arroza tomatearekin
- Legatz xerra erromatar erara piper gorriekin
- Jogurta
- Ogia

11

Kcal 778 P. 40  
Lip. 20 H.C. 108

- **Patatak saltsa berdean**
- Txerri solomo fresko birrineztatu liz entsaladarekin
- Izozkia
- Ogia

14

Kcal 1078 P. 33  
Lip. 30 H.C. 173

- Arroza saltxitxa eta txorizoarekin
- San jakoboa letxugarekin
- **Fruta**
- Ogia

15

Kcal 723 P. 46  
Lip. 11 H.C. 107

- Garbantzuak barazkiekin
- Zapataria tomatearekin
- Jogurta
- Ogia

16

Kcal 813 P. 40  
Lip. 30 H.C. 96

- Izar zopa oilasko eta arrautzarekin
- Txerri solomo ontzutua txip patatekin
- **Fruta**
- Ogia

17

Kcal 794 P. 44  
Lip. 27 H.C. 92

- **Barazki purea**
- Txahal okela gisatua barazkiekin
- Jogurta
- Ogia

18

Kcal 834 P. 52  
Lip. 21 H.C. 109

- Kiribil salteatuak barrengorri eta hirugiharrearekin
- Oilasko iztar errea letxugarekin
- **Fruta**
- Ogia

21

Kcal 696 P. 31  
Lip. 17 H.C. 105

- **Patatak errioxar erara**
- Behiki hanburgesa laban eginda tomatearekin
- **Fruta**
- Ogia

22

Kcal 964 P. 39  
Lip. 34 H.C. 124

- Indaba gorriak barazkiekin
- Izokin birrineztatu maionesarekin
- Jogurta
- Ogia

23

Kcal 893 P. 31  
Lip. 28 H.C. 129

- Espagetiak tomatearekin
- Frankfurt saltxitxak tomate eta patata frijituekin
- **Fruta**
- Ogia

24

Kcal 651 P. 37  
Lip. 20 H.C. 80

- **Kalabaza eta azenario krema**
- Indiolar erregosia barazkiekin
- Jogurta
- Ogia

25

Kcal 794 P. 33  
Lip. 21 H.C. 119

- Dilistak txorizoarekin
- Patata tortila letxugarekin
- **Fruta**
- Ogia

28

Kcal 746 P. 37  
Lip. 25 H.C. 93

- **Kalabazin krema**
- Txerri solomo ontzutua piper gorriekin
- **Fruta**
- Ogia

29

Kcal 1000 P. 45  
Lip. 19 H.C. 159

- Garbantzuak barazkiekin
- Pizza
- Banilla budina
- Ogia

30

Kcal 850 P. 43  
Lip. 20 H.C. 119

- Makarroiak tomatearekin
- Oilasko erregosia saltsa horixan
- Jogurta
- Ogia

31

Kcal 853 P. 37  
Lip. 22 H.C. 132

- Hiru gutziako arroza
- Legatz xerra erromatar erara letxugarekin
- **Fruta**
- Ogia

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

BAZKARIAN HARTUTAKO JAKIAK

AFALTZEKO GOMENDIOAK

- |                                     |   |  |
|-------------------------------------|---|--|
| Arroza, orekia, patata edo lekaleak | → | Barazki edo ortuaz gordin edo prestatuak |
| Barazkiak                           | → | Arroza, orekia edo patatak               |
| Haragiak                            | → | Arraina edo arrautza                     |
| Arrainak                            | → | Haragi edo haragia                       |
| Arrautza                            | → | Arraina edo haragia                      |
| Fruta                               | → | Esnekia edo fruta                        |
| Esnekia                             | → | Fruta                                    |

