



MENU OCTUBRE

COMEDOR PPAL



Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
3 Espaguetis a la boloñesa San Jacobos caseros con ensalada Fruta de temporada	4 Alubias rojas con chorizo y costilla Tortilla de jamón con ensalada Fruta de temporada	5 Arroz con gambas y chipirones Merluza en salsa verde Fruta de temporada	6 Garbanzos con chorizo y costilla Escalope Vienesa con pimientos rojos Fruta de temporada	7 Crema de San Germán Pollo asado Yogurt
Kkal: 706 Prot: 19 Lip: 17 H.C: 71	Kkal: 557 Prot: 87 Lip: 26 H.C: 40	Kkal: 628 Prot: 72 Lip: 39 H.C: 77	Kkal: 573 Prot: 31 Lip: 27 H.C: 46	Kkal: 445 Prot: 38 Lip: 28 H.C: 39
10 Arroz blanco con tomate Pechugas de pavo albardadas con pimientos Fruta de temporada	11 Alubias blancas con chorizo y costilla Filete de merluza a la romana con limón Fruta de temporada	Festivo	13 Macarrones con queso y bacón Tortilla de jamón con ensalada Yogurt	14 Lentejas con verduras Croquetas caseras de queso con ensalada Fruta de temporada
Kkal: 476 Prot: 16 Lip: 27 H.C: 70	Kkal: 641 Prot: 38 Lip: 22 H.C: 54		Kkal: 578 Prot: 82 Lip: 24 H.C: 57	Kkal: 668 Prot: 24 Lip: 31 H.C: 68
17 Espaguetis al ajillo San Jacobos caseros con ensalada Fruta de temporada	18 Arroz tres delicias Merluza al horno con pimientos Fruta de temporada	19 Garbanzos con chorizo y costilla Lomo de cerdo con vainas Fruta de temporada	20 Patatas a la riojana Hamburguesa casera de ternera con tomate Fruta de temporada	21 Crema de porru-salda Tortilla de jamón con ensalada Yogurt
Kkal: 652 Prot: 19 Lip: 16 H.C: 70	Kkal: 574 Prot: 26 Lip: 20 H.C: 69	Kkal: 514 Prot: 31 Lip: 31 H.C: 62	Kkal: 723 Prot: 21 Lip: 16 H.C: 60	Kkal: 439 Prot: 79 Lip: 18 H.C: 23
24 Macarrones con chorizo y tomate Tortilla de jamón con ensalada Fruta de temporada	25 Alubias rojas con chorizo y costilla San Jacobos caseros con ensalada Fruta de temporada	26 Paella mixta Filete de merluza a la romana con pimientos Fruta de temporada	27 Crema de verduras Pollo al ajillo Yogurt	28 Lentejas con verduras Croquetas caseras de jamón con ensalada Fruta de temporada
Kkal: 576 Prot: 78 Lip: 21 H.C: 67	Kkal: 687 Prot: 28 Lip: 22 H.C: 43	Kkal: 703 Prot: 32 Lip: 26 H.C: 70	Kkal: 418 Prot: 16 Lip: 26 H.C: 31	Kkal: 668 Prot: 24 Lip: 31 H.C: 68
31 Arroz blanco con tomate Huevos fritos con salchichas de pavo Fruta de temporada				
Kkal: 669 Prot: 55 Lip: 29 H.C: 80				

- Todos nuestros platos incluidos hamburguesas, albóndigas, croquetas y san jacobos se elaboran en el día empleando para ello las mejores materias primas.
- El arroz con leche y flanes son elaborados en nuestras cocinas de manera totalmente artesanal.
- Cada trimestre ofrecemos la posibilidad de elegir frutas de temporada junto con pera, manzana y plátano que se dan a elegir todo el año.
- Nuestra empresa al igual que todos nuestros proveedores, disponen de registro sanitario y plan de calidad para garantizar la calidad y seguridad en nuestras elaboraciones.
- Los valores nutricionales de los platos son estimativos.



URRIKO MENUA

PPAL



Astelehena	Asteartea	Asteazkena	Osteguna	Ostirala
3 Espagetiak bolonesara San Jakoboak entsaladarekin Sasoiko fruta	4 Babarrun gorriak txorizo eta saiheskiarekin Urdaiazpikoz tortila entsaladarekin Sasoiko fruta	5 Arroza ganbak eta txapiroekin Legatza berde salsan Sasoiko fruta	6 Garbantzua txorizo eta saiheskiarekin Escalopea Vienarra gorritz piperrekin Sasoiko fruta	7 St. German krema Oilasko errea Jogurta
Kkal: 706 Prot: 19 Lip: 17 H.C: 71	Kkal: 557 Prot: 87 Lip: 26 H.C: 40	Kkal: 628 Prot: 72 Lip: 39 H.C: 77	Kkal: 573 Prot: 31 Lip: 27 H.C: 46	Kkal: 445 Prot: 38 Lip: 28 H.C: 39
10 Arroz zuria tomatearekin Indioilar bularkiak piperrekin Sasoiko fruta	11 Babarrun zuriak txorizo eta saiheskiarekin Legatza erromara limoiarekin Sasoiko fruta	Jaiegun	13 Makarroi gazta eta bakoiarekin Urdaiazpikoz tortila entsaladarekin Jogurta	14 Erregositako dilistak Gaztazko krocketak entsaladarekin Sasoiko fruta
Kkal: 476 Prot: 16 Lip: 27 H.C: 70	Kkal: 641 Prot: 38 Lip: 22 H.C: 54		Kkal: 578 Prot: 82 Lip: 24 H.C: 57	Kkal: 668 Prot: 24 Lip: 31 H.C: 68
17 Espagetiak baratxuritan San Jakoboak entsaladarekin Sasoiko fruta	18 Arroza hiru gustuetara Labean egindako legatza piperrekin Sasoiko fruta	19 Garbantzua txorizo eta saiheskiarekin Txerri solomoa lekakin Sasoiko fruta	20 Patatak errioxako eran Txahal hanburgesa tomatearekin Sasoiko fruta	21 Porrusalda krema Urdaiazpikoz tortila entsaladarekin Jogurta
Kkal: 652 Prot: 19 Lip: 16 H.C: 70	Kkal: 574 Prot: 26 Lip: 20 H.C: 69	Kkal: 514 Prot: 31 Lip: 31 H.C: 62	Kkal: 723 Prot: 21 Lip: 16 H.C: 60	Kkal: 439 Prot: 79 Lip: 18 H.C: 23
24 Makarroiak txorizo eta tomatearekin Urdaiazpikoz tortila entsaladarekin Sasoiko fruta	25 Babarrun gorriak txorizo eta saiheskiarekin San Jakoboak entsaladarekin Sasoiko fruta	26 Paela mistoa Legatza erromara piperrekin Sasoiko fruta	27 Barazki krema Oilasko baratxuritan Jogurta	28 Erregositako dilistak Urdaiazpiko krocketak entsaladarekin Sasoiko fruta
Kkal: 576 Prot: 78 Lip: 21 H.C: 67	Kkal: 687 Prot: 28 Lip: 22 H.C: 43	Kkal: 703 Prot: 32 Lip: 26 H.C: 70	Kkal: 418 Prot: 16 Lip: 26 H.C: 31	Kkal: 668 Prot: 24 Lip: 31 H.C: 68
31 Arroz zuria tomatearekin Arraultz frijitua saltxitxekin Sasoiko fruta				
Kkal: 669 Prot: 55 Lip: 29 H.C: 80				

- Gure plater guztiak hanburgesak, albondigak, krocketak eta san jakoboak barne egunean bertan prestatzen dira lehengai onenak erabiliz.
- Arroz-esnea eta flanak artisauek eran egiten dira gure sukaldeetan.
- Hiruhilabeteka sasoioko frutak aukeratzeko posibilitatea eskeintzen dugu, urte guztian zehar ematen diren frutekin batera, madaria, sagarra eta banana.
- Bai gure enpresek, bai gure hornitzaileek, osasun-erregistro eta kalitate plan bat daukate gure elaborazioen kalitatea eta segurtasuna bermatzeko asmoz.



MENU OCTUBRE

INF ANTIL + 1º PRIM



Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
3 Espaguetis a la boloñesa San Jacobos caseros con ensalada Fruta de temporada	4 Alubias rojas con chorizo y costilla Tortilla de jamón con ensalada Fruta de temporada	5 Arroz con gambas y chipirones Filete de merluza a la romana con limón Fruta de temporada	6 Garbanzos con chorizo y costilla Escalope Viena con pimientos rojos Fruta de temporada	7 Crema de San Germán Pollo asado Yogurt
Kkal: 706 Prot: 19 Lip: 17 H.C: 71	Kkal: 557 Prot: 87 Lip: 26 H.C: 40	Kkal: 696 Prot: 31 Lip: 26 H.C: 70	Kkal: 573 Prot: 31 Lip: 27 H.C: 46	Kkal: 445 Prot: 38 Lip: 28 H.C: 39
10 Arroz blanco con tomate Pechugas de pavo albardadas con pimientos Fruta de temporada	11 Alubias blancas con chorizo y costilla Filete de merluza a la romana con limón Fruta de temporada	Festivo	13 Macarrones con chorizo y tomate Tortilla de jamón con ensalada Yogurt	14 Lentejas con verduras Croquetas caseras de queso con ensalada Fruta de temporada
Kkal: 476 Prot: 16 Lip: 27 H.C: 70	Kkal: 641 Prot: 38 Lip: 22 H.C: 54		Kkal: 575 Prot: 82 Lip: 24 H.C: 57	Kkal: 668 Prot: 24 Lip: 31 H.C: 68
17 Espaguetis a la boloñesa San Jacobos caseros con ensalada Fruta de temporada	18 Arroz tres delicias Filete de merluza a la romana con pimientos Fruta de temporada	19 Garbanzos con chorizo y costilla Lomo de cerdo con vainas Fruta de temporada	20 Patatas a la riojana Hamburguesa casera de ternera con tomate Fruta de temporada	21 Crema de porru-salda Tortilla de jamón con ensalada Yogurt liquido
Kkal: 706 Prot: 19 Lip: 17 H.C: 71	Kkal: 683 Prot: 30 Lip: 20 H.C: 70	Kkal: 514 Prot: 31 Lip: 31 H.C: 62	Kkal: 723 Prot: 21 Lip: 16 H.C: 60	Kkal: 439 Prot: 79 Lip: 18 H.C: 23
24 Macarrones con chorizo y tomate Tortilla de jamón con ensalada Fruta de temporada	25 Alubias rojas con chorizo y costilla San Jacobos caseros con ensalada Fruta de temporada	26 Paella mixta Filete de merluza a la romana con pimientos Fruta de temporada	27 Crema de verduras Pollo asado Yogurt	28 Lentejas con verduras Croquetas caseras de jamón con ensalada Fruta de temporada
Kkal: 576 Prot: 78 Lip: 21 H.C: 67	Kkal: 687 Prot: 28 Lip: 22 H.C: 43	Kkal: 703 Prot: 32 Lip: 26 H.C: 70	Kkal: 445 Prot: 38 Lip: 28 H.C: 39	Kkal: 668 Prot: 24 Lip: 31 H.C: 68
31 Arroz blanco con tomate Huevos fritos con salchichas de pavo Fruta de temporada				
Kkal: 669 Prot: 55 Lip: 29 H.C: 80				

- Todos nuestros platos incluidos hamburguesas, albóndigas, croquetas y san jacobos se elaboran en el día empleando para ello las mejores materias primas.
- El arroz con leche y flanes son elaborados en nuestras cocinas de manera totalmente artesanal.
- Cada trimestre ofrecemos la posibilidad de elegir frutas de temporada junto con pera, manzana y plátano que se dan a elegir todo el año.
- Nuestra empresa al igual que todos nuestros proveedores, disponen de registro sanitario y plan de calidad para garantizar la calidad y seguridad en nuestras elaboraciones.
- Los valores nutricionales de los platos son estimativos.



URRIKO MENUA

INF. 1ºPRIM



Astelehena	Asteartea	Asteazkena	Osteguna	Ostirala
3 Espagetiak bolonesara San Jakoboak entsaladarekin Sasoiko fruta	4 Babarrun gorriak txorizo eta saiheskiarekin Urdaiazpikoz tortila entsaladarekin Sasoiko fruta	5 Arroza ganbak eta txapiroiekin Legatza erromara limoiarekin Sasoiko fruta	6 Garbantzua txorizo eta saiheskiarekin Escalopea Vienarra gorritz piperrekin Sasoiko fruta	7 St. German krema Oilasko errea Jogurta
Kkal: 706 Prot: 19 Lip: 17 H.C: 71	Kkal: 557 Prot: 87 Lip: 26 H.C: 40	Kkal: 628 Prot: 72 Lip: 39 H.C: 77	Kkal: 573 Prot: 31 Lip: 27 H.C: 46	Kkal: 445 Prot: 38 Lip: 28 H.C: 39
10 Arroz zuria tomatearekin Indioilar bularkiak piperrekin Sasoiko fruta	11 Babarrun zuriak txorizo eta saiheskiarekin Legatza erromara limoiarekin Sasoiko fruta	Jaiegun	13 Makarroi gazta eta bakoiarekin Urdaiazpikoz tortila entsaladarekin Jogurta	14 Erregositako dilistak Gaztazko krocketak entsaladarekin Sasoiko fruta
Kkal: 476 Prot: 16 Lip: 27 H.C: 70	Kkal: 641 Prot: 38 Lip: 22 H.C: 54		Kkal: 578 Prot: 82 Lip: 24 H.C: 57	Kkal: 668 Prot: 24 Lip: 31 H.C: 68
17 Espagetiak baratxuritan San Jakoboak entsaladarekin Sasoiko fruta	18 Arroza hiru gustuetara Legatza erromara piperrekin Sasoiko fruta	19 Garbantzua txorizo eta saiheskiarekin Txerri solomoa lekakin Sasoiko fruta	20 Patatak errioxako eran Txahal hanburgesa tomatearekin Sasoiko fruta	21 Porrusalda krema Urdaiazpikoz tortila entsaladarekin Jogurta likidoa
Kkal: 652 Prot: 19 Lip: 16 H.C: 70	Kkal: 574 Prot: 26 Lip: 20 H.C: 69	Kkal: 514 Prot: 31 Lip: 31 H.C: 62	Kkal: 723 Prot: 21 Lip: 16 H.C: 60	Kkal: 439 Prot: 79 Lip: 18 H.C: 23
24 Makarroiak txorizo eta tomatearekin Urdaiazpikoz tortila entsaladarekin Sasoiko fruta	25 Babarrun gorriak txorizo eta saiheskiarekin San Jakoboak entsaladarekin Sasoiko fruta	26 Paela mistoa Legatza erromara piperrekin Sasoiko fruta	27 Barazki krema Oilasko errea Jogurta	28 Erregositako dilistak Urdaiazpiko krocketak entsaladarekin Sasoiko fruta
Kkal: 576 Prot: 78 Lip: 21 H.C: 67	Kkal: 687 Prot: 28 Lip: 22 H.C: 43	Kkal: 703 Prot: 32 Lip: 26 H.C: 70	Kkal: 418 Prot: 16 Lip: 26 H.C: 31	Kkal: 668 Prot: 24 Lip: 31 H.C: 68
31 Arroz zuria tomatearekin Arraultz frijitua saltxitxekin Sasoiko fruta				
Kkal: 669 Prot: 55 Lip: 29 H.C: 80				

- Gure plater guztiak hanburgesak, albondigak, krocketak eta san jakoboak barne egunean bertan prestatzen dira lehengai onenak erabiliz.
- Arroz-esnea eta flanak artisauek eran egiten dira gure sukaldeetan.
- Hiruhilabeteka sasoioko frutak aukeratzeko posibilitatea eskeintzen dugu, urte guztian zehar ematen diren frutekin batera, madaria, sagarra eta banana.
- Bai gure enpresek, bai gure hornitzaileek, osasun-erregistro eta kalitate plan bat daukate gure elaborazioen kalitatea eta segurtasuna bermatzeko asmoz.



MENU OCTUBRE

2 años



Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
3 Espaguetis a la boloñesa San Jacobos caseros con ensalada Fruta de temporada	4 Alubias rojas con chorizo y costilla Tortilla de jamón con ensalada Fruta de temporada	5 Arroz con gambas y chipirones Filete de merluza a la romana con limón Fruta de temporada	6 Garbanzos con chorizo y costilla Escalope Vienesa con pimientos rojos Fruta de temporada	7 Crema de San Germán Pollo asado Yogurt
Kkal: 706 Prot: 19 Lip: 17 H.C: 71	Kkal: 557 Prot: 87 Lip: 26 H.C: 40	Kkal: 696 Prot: 31 Lip: 26 H.C: 70	Kkal: 573 Prot: 31 Lip: 27 H.C: 46	Kkal: 445 Prot: 38 Lip: 28 H.C: 39
10 Arroz blanco con tomate Pechugas de pavo albardadas con pimientos Fruta de temporada	11 Alubias blancas con chorizo y costilla Filete de merluza a la romana con limón Fruta de temporada	Festivo	13 Macarrones con chorizo y tomate Tortilla de jamón con ensalada Yogurt	14 Lentejas con verduras Croquetas caseras de queso con ensalada Fruta de temporada
Kkal: 476 Prot: 16 Lip: 27 H.C: 70	Kkal: 641 Prot: 38 Lip: 22 H.C: 54		Kkal: 575 Prot: 82 Lip: 24 H.C: 57	Kkal: 668 Prot: 24 Lip: 31 H.C: 68
17 Espaguetis a la boloñesa San Jacobos caseros con ensalada Fruta de temporada	18 Arroz tres delicias Filete de merluza a la romana con pimientos Fruta de temporada	19 Garbanzos con chorizo y costilla Lomo de cerdo con vainas Fruta de temporada	20 Patatas a la riojana Hamburguesa casera de ternera con tomate Fruta de temporada	21 Crema de porru-salda Tortilla de jamón con ensalada Yogurt liquido
Kkal: 706 Prot: 19 Lip: 17 H.C: 71	Kkal: 683 Prot: 30 Lip: 20 H.C: 70	Kkal: 514 Prot: 31 Lip: 31 H.C: 62	Kkal: 723 Prot: 21 Lip: 16 H.C: 60	Kkal: 439 Prot: 79 Lip: 18 H.C: 23
24 Macarrones con chorizo y tomate Tortilla de jamón con ensalada Fruta de temporada	25 Alubias rojas con chorizo y costilla San Jacobos caseros con ensalada Fruta de temporada	26 Paella mixta Filete de merluza a la romana con pimientos Fruta de temporada	27 Crema de verduras Pollo asado Yogurt	28 Lentejas con verduras Croquetas caseras de jamón con ensalada Fruta de temporada
Kkal: 576 Prot: 78 Lip: 21 H.C: 67	Kkal: 687 Prot: 28 Lip: 22 H.C: 43	Kkal: 703 Prot: 32 Lip: 26 H.C: 70	Kkal: 445 Prot: 38 Lip: 28 H.C: 39	Kkal: 668 Prot: 24 Lip: 31 H.C: 68
31 Arroz blanco con tomate Huevos fritos con salchichas de pavo Fruta de temporada				
Kkal: 669 Prot: 55 Lip: 29 H.C: 80				

- Todos nuestros platos incluidos hamburguesas, albóndigas, croquetas y san jacobos se elaboran en el día empleando para ello las mejores materias primas.
- El arroz con leche y flanes son elaborados en nuestras cocinas de manera totalmente artesanal.
- Cada trimestre ofrecemos la posibilidad de elegir frutas de temporada junto con pera, manzana y plátano que se dan a elegir todo el año.
- Nuestra empresa al igual que todos nuestros proveedores, disponen de registro sanitario y plan de calidad para garantizar la calidad y seguridad en nuestras elaboraciones.



URRIKO MENUA

Bi urte



Astelehena	Asteartea	Asteazkena	Osteguna	Ostirala
3 Espagetiak bolonesara San Jakoboak entsaladarekin Sasoiko fruta	4 Babarrun gorriak txorizo eta saiheskiarekin Urdaiazpikoz tortila entsaladarekin Sasoiko fruta	5 Arroza ganbak eta txapiroiekin Legatza erromara limoiarekin Sasoiko fruta	6 Garbantzua txorizo eta saiheskiarekin Escalopea Vienarra gorritz piperrekin Sasoiko fruta	7 St. German krema Oilasko errea Jogurta
Kkal: 706 Prot: 19 Lip: 17 H.C: 71	Kkal: 557 Prot: 87 Lip: 26 H.C: 40	Kkal: 628 Prot: 72 Lip: 39 H.C: 77	Kkal: 573 Prot: 31 Lip: 27 H.C: 46	Kkal: 445 Prot: 38 Lip: 28 H.C: 39
10 Arroz zuria tomatearekin Indioilar bularkiak piperrekin Sasoiko fruta	11 Babarrun zuriak txorizo eta saiheskiarekin Legatza erromara limoiarekin Sasoiko fruta	Jaiegun	13 Makarroi gazta eta bakoiarekin Urdaiazpikoz tortila entsaladarekin Jogurta	14 Erregositako dilistak Gaztazko krocketak entsaladarekin Sasoiko fruta
Kkal: 476 Prot: 16 Lip: 27 H.C: 70	Kkal: 641 Prot: 38 Lip: 22 H.C: 54		Kkal: 578 Prot: 82 Lip: 24 H.C: 57	Kkal: 668 Prot: 24 Lip: 31 H.C: 68
17 Espagetiak baratxuritan San Jakoboak entsaladarekin Sasoiko fruta	18 Arroza hiru gustuetara Legatza erromara piperrekin Sasoiko fruta	19 Garbantzua txorizo eta saiheskiarekin Txerri solomoa lekakin Sasoiko fruta	20 Patatak errioxako eran Txahal hanburgesa tomatearekin Sasoiko fruta	21 Porrusalda krema Urdaiazpikoz tortila entsaladarekin Jogurta likidoa
Kkal: 652 Prot: 19 Lip: 16 H.C: 70	Kkal: 574 Prot: 26 Lip: 20 H.C: 69	Kkal: 514 Prot: 31 Lip: 31 H.C: 62	Kkal: 723 Prot: 21 Lip: 16 H.C: 60	Kkal: 439 Prot: 79 Lip: 18 H.C: 23
24 Makarroiak txorizo eta tomatearekin Urdaiazpikoz tortila entsaladarekin Sasoiko fruta	25 Babarrun gorriak txorizo eta saiheskiarekin San Jakoboak entsaladarekin Sasoiko fruta	26 Paela mistoa Legatza erromara piperrekin Sasoiko fruta	27 Barazki krema Oilasko errea Jogurta	28 Erregositako dilistak Urdaiazpiko krocketak entsaladarekin Sasoiko fruta
Kkal: 576 Prot: 78 Lip: 21 H.C: 67	Kkal: 687 Prot: 28 Lip: 22 H.C: 43	Kkal: 703 Prot: 32 Lip: 26 H.C: 70	Kkal: 418 Prot: 16 Lip: 26 H.C: 31	Kkal: 668 Prot: 24 Lip: 31 H.C: 68
31 Arroz zuria tomatearekin Arraultz frijitua saltxitxekin Sasoiko fruta				
Kkal: 669 Prot: 55 Lip: 29 H.C: 80				

- Gure plater guztiak hanburgesak, albondigak, krocketak eta san jakoboak barne egunean bertan prestatzen dira lehengai onenak erabiliz.
- Arroz-esnea eta flanak artisauek eran egiten dira gure sukaldeetan.
- Hiruhilabeteka sasoioko frutak aukeratzeko posibilitatea eskeintzen dugu, urte guztian zehar ematen diren frutekin batera, madaria, sagarra eta banana.
- Bai gure enpresek, bai gure hornitzaileek, osasun-erregistro eta kalitate plan bat daukate gure elaborazioen kalitate eta segurtasuna bermatzeko asmoz.