



MENU MARZO

COMEDOR PPAL



Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
				1 Garbanzos con chorizo y costilla Pollo asado Yogurt
				Kkal: 484 Prot: 44 Lip: 25 H.C: 48
4 Arroz tres delicias Tortilla de bonito con ensalada Fruta de temporada	5 Alubias rojas con chorizo y costilla Filete de merluza a la romana con limón Fruta de temporada	6 Espaguetis al ajillo Escalope Viena con pimientos rojos Fruta de temporada	7 Lentejas con verduras Croquetas caseras de queso con ensalada Fruta de temporada	8 Crema de verduras Albóndigas de ternera con champiñones Yogurt
Kkal: 477 Prot: 21 Lip: 19 H.C: 66	Kkal: 715 Prot: 43 Lip: 29 H.C: 50	Kkal: 670 Prot: 30 Lip: 31 H.C: 73	Kkal: 668 Prot: 24 Lip: 31 H.C: 68	Kkal: 468 Prot: 21 Lip: 22 H.C: 30
11 Macarrones con chorizo y tomate San Jacobos caseros con ensalada Fruta de temporada	12 Alubias blancas con chorizo y costilla Tortilla de patatas con ensalada Flan de la casa	13 Arroz con gambas y chipirones Filete de merluza a la romana con limón Fruta de temporada	14 Garbanzos con chorizo y costilla Lomo de cerdo con pimientos Fruta de temporada	15 Crema de acelgas Pollo al ajillo Yogurt
Kkal: 706 Prot: 19 Lip: 17 H.C: 71	Kkal: 641 Prot: 27 Lip: 28 H.C: 46	Kkal: 696 Prot: 31 Lip: 26 H.C: 70	Kkal: 514 Prot: 31 Lip: 31 H.C: 62	Kkal: 471 Prot: 18 Lip: 22 H.C: 33
18 Arroz blanco con tomate Huevos fritos con salchichas de pavo Fruta de temporada	19 Patatas a la riojana Chuletas de cerdo con pimientos rojos Fruta de temporada	20 Macarrones con queso y bacón Chugas de pavo albardadas con pimiento Arroz con leche casero	21 Lentejas con verduras Croquetas caseras de jamón con ensalada Fruta de temporada	22 Crema de porru-salda Redondo de ternera a la jardinera Yogurt
Kkal: 669 Prot: 55 Lip: 29 H.C: 80	Kkal: 738 Prot: 34 Lip: 45 H.C: 54	Kkal: 547 Prot: 24 Lip: 34 H.C: 76	Kkal: 668 Prot: 24 Lip: 31 H.C: 68	Kkal: 523 Prot: 32 Lip: 22 H.C: 26

- 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.



MARTXOKO MENUA

PPAL



Astelehena	Asteartea	Asteazkena	Osteguna	Ostirala
				1 Garbantzuak txorizo eta saiheskiarekin Oilasko errea Jogurta
				Kkal: 484 Prot: 44 Lip: 25 H.C: 48
4 Arroza hiru gustuetara Hegaluze tortila entsaladarekin Sasoiko fruta	5 abarrun gorriak txorizo eta saiheskiarekin Legatza erromara limoiarekin Sasoiko fruta	6 Espagetiak baratxuritan Escalopea Vienarra gorritz piperrekin Sasoiko fruta	7 Erregositako dilistak Gaztazko krocketak entsaladarekin Sasoiko fruta	8 Barazki krema Almondrogiloak txanpinoiekin Jogurta
Kkal: 477 Prot: 21 Lip: 19 H.C: 66	Kkal: 715 Prot: 43 Lip: 29 H.C: 50	Kkal: 670 Prot: 30 Lip: 31 H.C: 73	Kkal: 668 Prot: 24 Lip: 31 H.C: 68	Kkal: 468 Prot: 21 Lip: 22 H.C: 30
11 Makarroiak txorizo eta tomatearekin San Jakoboak entsaladarekin Sasoiko fruta	12 abarrun zuriak txorizo eta saiheskiarekin Patata tortila entsaladarekin Etxeko flana	13 Arroza ganbak eta txapiroiekin Legatza erromara limoiarekin Sasoiko fruta	14 Garbantzuak txorizo eta saiheskiarekin Txerri solomoa piperrekin Sasoiko fruta	15 Zerbak krema Oilasko baratxuritan Jogurta
Kkal: 706 Prot: 19 Lip: 17 H.C: 71	Kkal: 641 Prot: 27 Lip: 28 H.C: 46	Kkal: 696 Prot: 31 Lip: 26 H.C: 70	Kkal: 514 Prot: 31 Lip: 31 H.C: 62	Kkal: 471 Prot: 18 Lip: 22 H.C: 33
18 Arroz zuria tomatearekin Arraultz frijitua saltxitxekin Sasoiko fruta	19 Patatak errioxako eran Txerri txuletak pikili gorritz piperrekin Sasoiko fruta	20 Makarroi gazta eta bakoiarekin Indioilar bularkiak piperrekin Arrozesnea	21 Erregositako dilistak Urdaiazpiko krocketak entsaladarekin Sasoiko fruta	22 Porrusalda krema Txekor biribilkia jardinera erara Jogurta
Kkal: 669 Prot: 55 Lip: 29 H.C: 80	Kkal: 738 Prot: 34 Lip: 45 H.C: 54	Kkal: 547 Prot: 24 Lip: 34 H.C: 76	Kkal: 668 Prot: 24 Lip: 31 H.C: 68	Kkal: 523 Prot: 32 Lip: 22 H.C: 26

- Gure plater guztiak hanburgesak, albondigak, krocketak eta san jakoboak barne egunean bertan prestatzen dira lehengai onenak erabiliz.
- Arroz-esnea eta flanak artisauek erabiltzen dituzten gure sukaldeetan.
- Hiruhilabeteko sasoioko fruitak 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 MARZO

INF ANTIL + 1º PRIM



Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
				1 Garbanzos con chorizo y costilla Pollo asado Yogurt
				Kkal: 484 Prot: 44 Lip: 25 H.C: 48
4 Arroz tres delicias Tortilla de bonito con ensalada Fruta de temporada	5 Alubias rojas con chorizo y costilla Filete de merluza a la romana con limón Fruta de temporada	6 Espaguetis al ajillo Escalope Viena con pimientos rojos Fruta de temporada	7 Lentejas con verduras Croquetas caseras de queso con ensalada Fruta de temporada	8 Crema de verduras Albóndigas de ternera con champiñones Yogurt
Kkal: 477 Prot: 21 Lip: 19 H.C: 66	Kkal: 715 Prot: 43 Lip: 29 H.C: 50	Kkal: 670 Prot: 30 Lip: 31 H.C: 73	Kkal: 668 Prot: 24 Lip: 31 H.C: 68	Kkal: 468 Prot: 21 Lip: 22 H.C: 30
11 Macarrones con chorizo y tomate San Jacobos caseros con ensalada Fruta de temporada	12 Alubias blancas con chorizo y costilla Tortilla de patatas con ensalada Actimel	13 Arroz con gambas y chipirones Filete de merluza a la romana con limón Fruta de temporada	14 Garbanzos con chorizo y costilla Lomo de cerdo con pimientos Fruta de temporada	15 Crema de acelgas Pollo asado Yogurt
Kkal: 706 Prot: 19 Lip: 17 H.C: 71	Kkal: 581 Prot: 27 Lip: 27 H.C: 49	Kkal: 696 Prot: 31 Lip: 26 H.C: 70	Kkal: 514 Prot: 31 Lip: 31 H.C: 62	Kkal: 499 Prot: 40 Lip: 24 H.C: 41
18 Arroz blanco con tomate Huevos fritos con salchichas de pavo Fruta de temporada	19 Patatas a la riojana Chuletas de cerdo con pimientos rojos Fruta de temporada	20 Macarrones con queso y bacón Pechugas de pavo albardadas con pimientos Yogurt liquido	21 Lentejas con verduras Croquetas caseras de jamón con ensalada Fruta de temporada	22 Crema de porru-salda Redondo de ternera a la jardinera Yogurt
Kkal: 669 Prot: 55 Lip: 29 H.C: 80	Kkal: 738 Prot: 34 Lip: 45 H.C: 54	Kkal: 537 Prot: 26 Lip: 36 H.C: 66	Kkal: 668 Prot: 24 Lip: 31 H.C: 68	Kkal: 523 Prot: 32 Lip: 22 H.C: 26

- 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.



MARTXOKO MENUA

INF. 1ºPRIM



Astelehena	Asteartea	Asteazkena	Osteguna	Ostirala
				1 Garbantuak txorizo eta saiheskiarekin Oilasko errea Jogurta
				Kkal: 484 Prot: 44 Lip: 25 H.C: 48
4 Arroza hiru gustuetara Hegaluze tortila entsaladarekin Sasoiko fruta	5 abarrun gorriak txorizo eta saiheskiarekin Legatza erromara limoiarekin Sasoiko fruta	6 Espagetiak baratxuritan Escalopea Vienarra gorritz piperrekin Sasoiko fruta	7 Erregositako dilistak Gaztazko krocketak entsaladarekin Sasoiko fruta	8 Barazki krema Almondrogiloak txanpinoiekin Jogurta
Kkal: 477 Prot: 21 Lip: 19 H.C: 66	Kkal: 715 Prot: 43 Lip: 29 H.C: 50	Kkal: 670 Prot: 30 Lip: 31 H.C: 73	Kkal: 668 Prot: 24 Lip: 31 H.C: 68	Kkal: 468 Prot: 21 Lip: 22 H.C: 30
11 Makarroiak txorizo eta tomatearekin San Jakoboak entsaladarekin Sasoiko fruta	12 abarrun zuriak txorizo eta saiheskiarekin Patata tortila entsaladarekin Actimel	13 Arroza ganbak eta txapiroiekin Legatza erromara limoiarekin Sasoiko fruta	14 Garbantuak txorizo eta saiheskiarekin Txerri solomoa piperrekin Sasoiko fruta	15 Zerbak krema Oilasko errea Jogurta
Kkal: 706 Prot: 19 Lip: 17 H.C: 71	Kkal: 641 Prot: 27 Lip: 28 H.C: 46	Kkal: 696 Prot: 31 Lip: 26 H.C: 70	Kkal: 514 Prot: 31 Lip: 31 H.C: 62	Kkal: 471 Prot: 18 Lip: 22 H.C: 33
18 Arroz zuria tomatearekin Arraultz frijitua saltxitxekin Sasoiko fruta	19 Patatak errioxako eran Txerri txuletak pikili gorritz piperrekin Sasoiko fruta	20 Makarroi gazta eta bakoiarekin Indioilar bularkiak piperrekin Arrozesnea	21 Erregositako dilistak Urdaiazpiko krocketak entsaladarekin Sasoiko fruta	22 Porrusalda krema Txekor biribilkia jardinera erara Jogurta likidoa
Kkal: 669 Prot: 55 Lip: 29 H.C: 80	Kkal: 738 Prot: 34 Lip: 45 H.C: 54	Kkal: 547 Prot: 24 Lip: 34 H.C: 76	Kkal: 668 Prot: 24 Lip: 31 H.C: 68	Kkal: 523 Prot: 32 Lip: 22 H.C: 26

- Gure plater guztiak hanburgesak, albondigak, krocketak eta san jakoboak barne egunean bertan prestatzen dira lehengai onenak erabiliz.
- Arroz-esnea eta flanak artisauek erabiltzen dituzten gure sukaldeetan.
- Hiruhilabeteko sasoioko fruitak 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 MARZO

2 años



Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
				1 Garbanzos con chorizo y costilla Pollo asado Yogurt
				Kkal: 484 Prot: 44 Lip: 25 H.C: 48
4 Arroz tres delicias Tortilla de bonito con ensalada Fruta de temporada	5 Alubias rojas con chorizo y costilla Filete de merluza a la romana con limón Fruta de temporada	6 Espaguetis al ajillo Escalope Vienesa con pimientos rojos Fruta de temporada	7 Lentejas con verduras Croquetas caseras de queso con ensalada Fruta de temporada	8 Crema de verduras Albóndigas de ternera con champiñones Yogurt
Kkal: 477 Prot: 21 Lip: 19 H.C: 66	Kkal: 715 Prot: 43 Lip: 29 H.C: 50	Kkal: 670 Prot: 30 Lip: 31 H.C: 73	Kkal: 668 Prot: 24 Lip: 31 H.C: 68	Kkal: 468 Prot: 21 Lip: 22 H.C: 30
11 Macarrones con chorizo y tomate San Jacobos caseros con ensalada Fruta de temporada	12 Alubias blancas con chorizo y costilla Tortilla de patatas con ensalada Actimel	13 Arroz con gambas y chipirones Filete de merluza a la romana con limón Fruta de temporada	14 Garbanzos con chorizo y costilla Lomo de cerdo con pimientos Fruta de temporada	15 Crema de acelgas Pollo asado Yogurt
Kkal: 706 Prot: 19 Lip: 17 H.C: 71	Kkal: 581 Prot: 27 Lip: 27 H.C: 49	Kkal: 696 Prot: 31 Lip: 26 H.C: 70	Kkal: 514 Prot: 31 Lip: 31 H.C: 62	Kkal: 499 Prot: 40 Lip: 24 H.C: 41
18 Arroz blanco con tomate Huevos fritos con salchichas de pavo Fruta de temporada	19 Patatas a la riojana Chuletas de cerdo con pimientos rojos Fruta de temporada	20 Macarrones con queso y bacón Pechugas de pavo albardadas con pimientos Yogurt liquido	21 Lentejas con verduras Croquetas caseras de jamón con ensalada Fruta de temporada	22 Crema de porru-salda Redondo de ternera a la jardinera Yogurt
Kkal: 669 Prot: 55 Lip: 29 H.C: 80	Kkal: 738 Prot: 34 Lip: 45 H.C: 54	Kkal: 537 Prot: 26 Lip: 36 H.C: 66	Kkal: 668 Prot: 24 Lip: 31 H.C: 68	Kkal: 523 Prot: 32 Lip: 22 H.C: 26

- 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.



MARTXOKO MENUA

Bi urte



Astelehena	Asteartea	Asteazkena	Osteguna	Ostirala
				1 Garbantzuak txorizo eta saiheskiarekin Oilasko errea Jogurta
				Kkal: 484 Prot: 44 Lip: 25 H.C: 48
4 Arroza hiru gustuetara Hegaluze tortila entsaladarekin Sasoiko fruta	5 abarrun gorriak txorizo eta saiheskiarekin Legatza erromara limoiarekin Sasoiko fruta	6 Espagetiak baratxuritan Escalopea Viena gorritz piperrekin Sasoiko fruta	7 Erregositako dilistak Gaztazko krocketak entsaladarekin Sasoiko fruta	8 Barazki krema Almondrogiloak txanpinoiekin Jogurta
Kkal: 477 Prot: 21 Lip: 19 H.C: 66	Kkal: 715 Prot: 43 Lip: 29 H.C: 50	Kkal: 670 Prot: 30 Lip: 31 H.C: 73	Kkal: 668 Prot: 24 Lip: 31 H.C: 68	Kkal: 468 Prot: 21 Lip: 22 H.C: 30
11 Makarroiak txorizo eta tomatearekin San Jakoboak entsaladarekin Sasoiko fruta	12 abarrun zuriak txorizo eta saiheskiarekin Patata tortila entsaladarekin Actimel	13 Arroza ganbak eta txapiroiekin Legatza erromara limoiarekin Sasoiko fruta	14 Garbantzuak txorizo eta saiheskiarekin Txerri solomoa piperrekin Sasoiko fruta	15 Zerbak krema Oilasko errea Jogurta
Kkal: 706 Prot: 19 Lip: 17 H.C: 71	Kkal: 641 Prot: 27 Lip: 28 H.C: 46	Kkal: 696 Prot: 31 Lip: 26 H.C: 70	Kkal: 514 Prot: 31 Lip: 31 H.C: 62	Kkal: 471 Prot: 18 Lip: 22 H.C: 33
18 Arroz zuria tomatearekin Arraultz frijitua saltxitxekin Sasoiko fruta	19 Patatak errioxako eran Txerri txuletak pikili gorritz piperrekin Sasoiko fruta	20 Makarroi gazta eta bakoiarekin Indioilar bularkiak piperrekin Arrozesnea	21 Erregositako dilistak Urdaiazpiko krocketak entsaladarekin Sasoiko fruta	22 Porrusalda krema Txekor biribilkia jardinera erara Jogurta likidoa
Kkal: 669 Prot: 55 Lip: 29 H.C: 80	Kkal: 738 Prot: 34 Lip: 45 H.C: 54	Kkal: 547 Prot: 24 Lip: 34 H.C: 76	Kkal: 668 Prot: 24 Lip: 31 H.C: 68	Kkal: 523 Prot: 32 Lip: 22 H.C: 26

- Gure plater guztiak hanburgesak, albondigak, krocketak eta san jakoboak barne egunean bertan prestatzen dira lehengai onenak erabiliz.
- Arroz-esnea eta flanak artisau 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.