



Astelehena

Asteartea

Jado Ikastetxea 2017ko Iraila Oinarrizko menua

Asteazkena

Osteguna

Ostirala

Tamar

RESTAURACIÓN & CATERING

11 Kcal 895 HC 112 Lip 34 Pro 26
1° Tailarinak tomate eta hegazuarekin
2° Urdaiazpiko kroketak entsaladarekin
Postrea E. Jogurta Ogia
Afaria Barazkia, arraina, fruta

12 Kcal 700 HC 65 Lip 35 Pro 30
1° Kanpera entsalada/Barazki purea
2° Albondigak tomatearekin
Postrea Fruta Ogia
Afaria Patatak, arraina, esnekia

18 Kcal 855 HC 102 Lip 36 Pro 37
1° Dilistak barazkiekin
2° Saltxitxa erreak ketxuparekin
Postrea Fruta Ogia
Afaria Purea, arraina, esnekia

19 Kcal 869 HC 113 Lip 31 Pro 38
1° Makarroiak tomate eta gaztarekin
2° Legatz frijitua arto entsaladarekin
Postrea Jogurta Ogia
Afaria Barazkia, haragia, fruta

25 Kcal 929 HC 131 Lip 38 Pro 23
1° Espagetiak tomatearekin
2° San jakoboa uhazarekin
Postrea Jogurta Ogia
Afaria Barazkia, arraina, fruta

26 Kcal 807 HC 102 Lip 23 Pro 44
1° Garbantzua artoarekin
2° Makailu frijitua arto entsaladarekin
Postrea Fruta Ogia
Afaria Purea, haragia, esnekia

6 Kcal 898 HC 104 Lip 37 Pro 42
1° Indaba zuriak txorizoarekin
2° Legatz frijitua mahonesarekin
Postrea Fruta Ogia
Afaria Barazkia, haragia, esnekia

13 Kcal 838 HC 96 Lip 32 Pro 46
1° Garbantzua arrautz eta ziazerekin
2° Legatz frijitua uhazarekin
Postrea Jogurta Ogia
Afaria Purea, arrautza, fruta

20 Kcal 877 HC 102 Lip 32 Pro 49
1° Indaba gorriak azenarioarekin
2° Txahal hanburgesak barregorriekin
Postrea Fruta Ogia
Afaria Patata, arrautza, esnekia

27 Kcal 895 HC 87 Lip 40 Pro 50
1° Udaberri entsalada/Barazki purea
2° Txahal gisatua barazkiekin
Postrea Natilak Ogia
Afaria Pasta, arraina, fruta

7 Kcal 790 HC 93 Lip 36 Pro 26
1° Kuitxo krema
2° Patata tortila entsaladarekin
Postrea Jogurta Ogia
Afaria Pasta, arraina, fruta

14 Kcal 756 HC 83 Lip 32 Pro 37
1° Barazki purea
2° Txahal eskalopea piperrekin
Postrea Fruta Ogia
Afaria Pasta, arraina, esnekia

21 Kcal 858 HC 83 Lip 36 Pro 44
1° Euri zopa
2° Oilasko izter errea txip patatekin
Postrea Fruta Ogia
Afaria Purea, arraina, esnekia

28 Kcal 704 HC 98 Lip 16 Pro 46
1° Indaba zuriak barazkiekin
2° Txerri solomo adobatua piperrekin
Postrea Fruta Ogia
Afaria Barazkia, arrautza, esnekia

8 Kcal 885 HC 140 Lip 19 Pro 44
1° Arroza barazkiekin
2° Txahal gisatua barregorriekin
Postrea Fruta Ogia
Afaria Purea, arrautza, esnekia

15 Kcal 680 HC 90 Lip 25 Pro 28
1° Patatak errioxar erara
2° Makailu errea pistoarekin
Postrea Fruta Ogia
Afaria Barazkia, haragia, esnekia

22 Kcal 785 HC 92 Lip 36 Pro 25
1° Ziazereba krema
2° Patata tortila uhazarekin
Postrea Jogurta Ogia
Afaria Pasta, arraina, fruta

29 Kcal 700 HC 98 Lip 22 Pro 27
1° Porrusaltsa krema
2° Legatz errea marinela saltsan
Postrea Fruta Ogia
Afaria Patatak, haragia, esnekia



Jado Ikastetxea Septiembre 2017 Menú Basal

Tamar

RESTAURACIÓN & CATERING

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

11 Kcal 895 HC 112 Lip 34 Pro 26

1° Tallarines con tomate y bonito

2° Croquetas de jamón con ensalada

Postre Yogur bebible Pan
Cena Verdura, pescado, fruta

12 Kcal 700 HC 65 Lip 35 Pro 30

1° Ensalada campera/Puré de verduras

2° Albóndigas con tomate

Postre Fruta Pan
Cena Patatas, pescado, lácteo

6 Kcal 898 HC 104 Lip 37 Pro 42

1° Alubias blancas con chorizo

2° Merluza a la romana con mahonesa

Postre Fruta Pan
Cena Verdura, carne, lácteo

7 Kcal 790 HC 93 Lip 36 Pro 26

1° Crema de calabacín

2° Tortilla de patata con ensalada

Postre Yogur Pan
Cena Pasta, pescado, fruta

8 Kcal 885 HC 140 Lip 19 Pro 44

1° Arroz con verduras

2° Guisado de ternera con champiñones

Postre Fruta Pan
Cena Puré, huevo, lácteo

18 Kcal 855 HC 102 Lip 36 Pro 37

1° Lentejas con verduras

2° Salchichas al horno con ketchup

Postre Fruta Pan
Cena Puré, pescado, lácteo

19 Kcal 869 HC 113 Lip 31 Pro 38

1° Macarrones con tomate y queso

2° Merluza a la romana con ensalada de maíz

Postre Yogur Pan
Cena Verdura, carne, fruta

13 Kcal 838 HC 96 Lip 32 Pro 46

1° Garbanzos con huevo y espinacas

2° Merluza a la romana con lechuga

Postre Yogur Pan
Cena Puré, huevo, fruta

14 Kcal 756 HC 83 Lip 32 Pro 37

1° Puré de verduras

2° Escalope de ternera con pimientos

Postre Fruta Pan
Cena Pasta, pescado, lácteo

15 Kcal 680 HC 90 Lip 25 Pro 28

1° Patatas a la riojana

2° Bacalao al horno con pisto

Postre Fruta Pan
Cena Verdura, carne, lácteo

25 Kcal 929 HC 131 Lip 38 Pro 23

1° Espaguetis con tomate

2° San jacob con lechuga

Postre Yogur Pan
Cena Verdura, pescado, fruta

26 Kcal 807 HC 102 Lip 23 Pro 44

1° Garbanzos con arroz

2° Bacalao rebozado con ensalada de maíz

Postre Fruta Pan
Cena Puré, carne, lácteo

20 Kcal 877 HC 102 Lip 32 Pro 49

1° Alubias rojas con zanahoria

2° Hamburguesas de ternera con champiñones

Postre Fruta Pan
Cena Patatas, huevo, lácteo

21 Kcal 858 HC 83 Lip 36 Pro 44

1° Sopa de lluvia

2° Muslo de pollo asado con chips

Postre Fruta Pan
Cena Puré, pescado, lácteo

22 Kcal 785 HC 92 Lip 36 Pro 25

1° Crema de espinacas

2° Tortilla de patata con lechuga

Postre Yogur Pan
Cena Pasta, pescado, fruta

27 Kcal 895 HC 87 Lip 40 Pro 50

1° Ensalada primavera/Puré de verduras

2° Guisado de ternera a la jardinera

Postre Natillas Pan
Cena Pasta, pescado, fruta

28 Kcal 704 HC 98 Lip 16 Pro 46

1° Alubias blancas con verduras

2° Lomo adobado de cerdo con pimientos

Postre Fruta Pan
Cena Verdura, huevo, lácteo

29 Kcal 700 HC 98 Lip 22 Pro 27

1° Crema de porrusalda

2° Merluza al horno en salsa marinera

Postre Fruta Pan
Cena Patatas, carne, lácteo

28 Kcal 704 HC 98 Lip 16 Pro 46

1° Alubias blancas con verduras

2° Lomo adobado de cerdo con pimientos

Postre Fruta Pan
Cena Verdura, huevo, lácteo

29 Kcal 700 HC 98 Lip 22 Pro 27

1° Crema de porrusalda

2° Merluza al horno en salsa marinera

Postre Fruta Pan
Cena Patatas, carne, lácteo

