



Jado Ikastetxea

Mayo 2018

Menú Basal



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

FIESTA

2

Kcal 929 Glú 131 Líp 38 Pro 23

1° Tallarines con tomate y verduras

2° San jacob con lechuga

Postre Yogur Pan

3

Kcal 701 Glú 87 Líp 28 Pro 28

1° Crema de calabaza

2° Merluza al horno en salsa marinera

Postre Fruta Pan

4

Kcal 894 Glú 133 Líp 19 Pro 47

1° Arroz tres delicias

2° Guisado de ternera a la jardinera

Postre Fruta Pan

7

Kcal 887 Glú 109 Líp 23 Pro 64

1° Espaguetis con tomate y queso

2° Lomo adobado de cerdo con pimientos

Postre Yogur Pan

8

Kcal 717 Glú 77 Líp 32 Pro 34

1° Ensalada ilustrada/Puré de verduras

2° Albóndigas con champiñones

Postre Fruta Pan

9

Kcal 823 Glú 95 Líp 26 Pro 46

1° Garbanzos con calabaza

2° Bacalao rebozado con ensalada de maíz

Postre Yogur bebible Pan

10

Kcal 760 Glú 84 Líp 32 Pro 37

1° Crema de zanahoria

2° Escalope de ternera con verduras

Postre Fruta Pan

11

Kcal 902 Glú 127 Líp 28 Pro 41

1° Alubias blancas con chorizo

2° Tortilla de patata con lechuga

Postre Fruta Pan

14

Kcal 750 Glú 90 Líp 37 Pro 12

1° Menestra de verduras/Puré de verduras

2° Croquetas de jamón con ensalada

Postre Fruta Pan

15

Kcal 910 Glú 102 Líp 36 Pro 40

1° Garbanzos con arroz

2° Merluza a la romana con mahonesa

Postre Yogur Pan

16

Kcal 867 Glú 118 Líp 26 Pro 43

1° Tallarines con tomate y chorizo

2° Hamburguesas de ternera con zanahoria y calabacín

Postre Fruta Pan

17

Kcal 790 Glú 93 Líp 36 Pro 26

1° Crema de calabacín

2° Tortilla de patata con lechuga

Postre Yogur Pan

18

Kcal 939 Glú 102 Líp 29 Pro 70

1° Lentejas con zanahoria

2° Muslo de pollo asado con chips

Postre Fruta Pan

21

Kcal 700 Glú 89 Líp 29 Pro 30

1° Sopa de lluvia

2° Bacalao rebozado con pisto

Postre Natillas Pan

22

Kcal 769 Glú 82 Líp 40 Pro 23

1° Vainas con patatas/Puré de verduras

2° Salchichas al horno con ketchup

Postre Fruta Pan

23

Kcal 933 Glú 139 Líp 22 Pro 52

1° Paella

2° Guisado de ternera con champiñones

Postre Yogur Pan

24

Kcal 733 Glú 87 Líp 22 Pro 50

1° Marmitako

2° Pechuga de pollo empanada con lechuga

Postre Fruta Pan

25

Kcal 795 Glú 104 Líp 26 Pro 41

1° Alubias blancas con zanahoria

2° Merluza a la romana con ensalada

Postre Fruta Pan

28

Kcal 818 Glú 100 Líp 18 Pro 68

1° Lentejas con puerros

2° Lomo adobado de cerdo con pimientos

Postre Fruta Pan

29

Kcal 732 Glú 87 Líp 29 Pro 31

1° Crema de porrusalda

2° Merluza al horno en salsa verde

Postre Yogur Pan

30

Kcal 863 Glú 102 Líp 30 Pro 50

1° Alubias rojas con verduras

2° Escalope de ternera con champiñones

Postre Fruta Pan

31

Kcal 821 Glú 91 Líp 38 Pro 31

1° Guisantes con jamón/Puré de verduras

2° Tortilla de patata con lechuga

Postre Yogur Pan



Jado Ikastetxea

2018ko Maiatza

Oinarrizko Menua

Tamar

RESTAURACIÓN & CATERING

Astelehena

Asteartea

Asteazkena

Osteguna

Ostirala

1

JAIA

2

Kcal 929 Glú 131 Líp 38 Pro 23

1° Tailarinak tomate eta barazkiekin

2° San jakoboa uhazarekin

Postrea Jogurta Ogia

3

Kcal 701 Glú 87 Líp 28 Pro 28

1° Kuia krema

2° Legatz errea marinela saltsan

Postrea Fruta Ogia

4

Kcal 894 Glú 133 Líp 19 Pro 47

1° Hiru gutuziako arrosa

2° Txahal gisatua barazkiekin

Postrea Fruta Ogia

7

Kcal 887 Glú 109 Líp 23 Pro 64

1° Espagetiak tomate eta gaztarekin

2° Txerri solomo adobatua piperrekin

Postrea Jogurta Ogia

8

Kcal 717 Glú 77 Líp 32 Pro 34

1° Entsalada ilustratua/Barazki purea

2° Albondigak barrengorriekin

Postrea Fruta Ogia

9

Kcal 823 Glú 95 Líp 26 Pro 46

1° Garbantzuak kuiarekin

2° Makailu frijitua arto entsaladarekin

Postrea E. Jogurta Ogia

10

Kcal 760 Glú 84 Líp 32 Pro 37

1° Azenario krema

2° Txahal eskaloepa barazkiekin

Postrea Fruta Ogia

11

Kcal 902 Glú 127 Líp 28 Pro 41

1° Indaba zuriak txorizoarekin

2° Patata tortila uhazarekin

Postrea Fruta Ogia

14

Kcal 750 Glú 90 Líp 37 Pro 12

1° Barazki menestra/Barazki purea

2° Urdai krocketak entsaladarekin

Postrea Fruta Ogia

15

Kcal 910 Glú 102 Líp 36 Pro 40

1° Garbantzuak arrozarekin

2° Legatz frijitua mahonesarekin

Postrea Jogurta Ogia

16

Kcal 867 Glú 118 Líp 26 Pro 43

1° Tailarinak tomate eta txorizoarekin

2° Txahal hanburgesak azenario eta kuitxoarekin

Postrea Fruta Pan

17

Kcal 790 Glú 93 Líp 36 Pro 26

1° Kuitxo krema

2° Patata tortila uhazarekin

Postrea Jogurta Ogia

18

Kcal 939 Glú 102 Líp 29 Pro 70

1° Dilistak azenarioarekin

2° Oilasko izter errea txipsekin

Postrea Fruta Ogia

21

Kcal 700 Glú 89 Líp 29 Pro 30

1° Euri zopa

2° Makailu frijitua pistoarekin

Postrea Natilak Ogia

22

Kcal 769 Glú 82 Líp 40 Pro 23

1° Lekak patatekin/Barazki purea

2° Saltxitxa erreak ketxuparekin

Postrea Fruta Ogia

23

Kcal 933 Glú 139 Líp 22 Pro 52

1° Paela

2° Txahal gisatua barrengorriekin

Postrea Jogurta Pan

24

Kcal 733 Glú 87 Líp 22 Pro 50

1° Marmitakoa

2° Oilasko bularki birrineztatua uhazarekin

Postrea Fruta Ogia

25

Kcal 795 Glú 104 Líp 26 Pro 41

1° Indaba zuriak azenarioarekin

2° Legatz frijitua entsaladarekin

Postrea Fruta Ogia

28

Kcal 818 Glú 100 Líp 18 Pro 68

1° Dilistak porruekin

2° Txerri solomo adobatua piperrekin

Postrea Fruta Ogia

29

Kcal 732 Glú 87 Líp 29 Pro 31

1° Porrusaltsa krema

2° Legatz errea saltsa berdean

Postrea Jogurta Ogia

30

Kcal 863 Glú 102 Líp 30 Pro 50

1° Indaba gorriak barazkiekin

2° Txahal eskaloepa barrengorriekin

Postrea Fruta Ogia

31

Kcal 821 Glú 91 Líp 38 Pro 31

1° Ilarrak urdaiarekin/Barazki purea

2° Patata tortila uhazarekin

Postrea Jogurta Ogia