

Régimen No Huevo

LUNES
MARTES
MIÉRCOLES
JUEVES
VIERNES
01
02
05
06
07
08
09
12
13
14
15
16
19
20
21
22
23
26
27
28
29
30

 Kcal 663
Lip. 19

 P. 42
H.C. 79

- Puré de acelgas y espinacas
- Muslo de pollo asado con ensalada liz
- Fruta
- Pan

 Kcal 1024
Lip. 40

 P. 31
H.C. 131

- Macarrones blancos con tomate
- Alitas de pollo con ensalada liz
- Yogurt natural azucarado
- Pan

 Kcal 669
Lip. 24

 P. 25
H.C. 84

- Sopa de fideo con ave
- Filete de merluza al horno en salsa suave
- Fruta
- Pan

 Kcal 887
Lip. 40

 P. 43
H.C. 87

- Crema de calabacín
- Cerdo guisado con verduras
- Yogurt sabores
- Pan

 Kcal 734
Lip. 15

 P. 38
H.C. 105

- Lentejas con verdura
- Filete de abadejo plancha con lechuga
- Fruta
- Pan

 Kcal 663
Lip. 19

 P. 42
H.C. 79

- Puré de acelgas y espinacas
- Muslo de pollo asado con ensalada liz
- Fruta
- Pan

 Kcal 762
Lip. 28

 P. 31
H.C. 91

- Patatas a la riojana
- Filete de merluza al horno con lechuga
- Actimel
- Pan

 Kcal 850
Lip. 20

 P. 34
H.C. 131

- Arroz blanco con verduras
- Pechugas de pollo plancha en salsa de champiñón
- Fruta
- Pan

 Kcal 771
Lip. 21

 P. 37
H.C. 102

- Garbanzos con verdura
- Bacalao plancha con refrito
- Yogurt sabores
- Pan

 Kcal 793
Lip. 30

 P. 45
H.C. 83

- Vainas rehogadas
- Guisado de ternera en salsa de verduras
- Fruta
- Pan

 Kcal 758
Lip. 20

 P. 38
H.C. 105

- Lentejas con verdura
- Palometa al horno con tomate
- Fruta
- Pan

 Kcal 720
Lip. 21

 P. 44
H.C. 87

- Puré de verdura
- Muslo de pollo asado con champiñón y patata parisina
- Yogurt natural azucarado
- Pan

 Kcal 856
Lip. 23

 P. 27
H.C. 130

- Macarrones blancos con tomate
- Filete de merluza al horno en salsa verde
- Fruta
- Pan

 Kcal 888
Lip. 36

 P. 48
H.C. 90

- Sopa de fideo con ave
- Carne guisada de ternera con verduras
- Yogurt sabores
- Pan

 Kcal 828
Lip. 28

 P. 39
H.C. 98

- Alubias rojas con verdura
- Filete de cabezada de cerdo plancha en salsa con lechuga
- Fruta
- Pan

 Kcal 589
Lip. 17

 P. 20
H.C. 90

- Crema de calabaza y zanahoria
- Bacalao al horno con ensalada liz
- Fruta
- Pan

 Kcal 999
Lip. 49

 P. 49
H.C. 136

- Arroz blanco con verduras
- Estofado de pollo con verduras
- Yogurt sabores
- Pan

 Kcal 796
Lip. 31

 P. 35
H.C. 90

- Menestra de verduras
- Lomo fresco de cerdo plancha en salsa con patatas naturales
- Fruta
- Pan

 Kcal 826
Lip. 20

 P. 41
H.C. 107

- Garbanzos con verdura
- Filete de abadejo al horno con lechuga
- Flan vainilla
- Pan

 Kcal 877
Lip. 33

 P. 26
H.C. 95

- Porrusalda
- Hamburguesa de ternera 100% en salsa
- Fruta
- Pan

Nota: Pan para celíacos ADPAN; Lácteos Danone; Tomate frito Orlando o IAN; Pasta de arroz/maíz Gallo; No utilización de caldos ni condimentos.

● Este punto indica los platos y días gestionados a través de proveedores de nuestro programa KODE..



CompromisoKode

Konpromisua dugu erkidegoarekin
Compromiso con la comunidad



www.compromisokode.com

www.zainduzaitez.com



SALUD Y NUTRICIÓN
A TU ALCANCE



Colaboramos con tu colegio para integrar el comedor en los objetivos educativos idóneos para niños y niñas. Con programas adaptados a cada edad trabajamos para que el alumnado adquiera buenos hábitos de comportamiento, aprenda a comer y entienda la importancia de una correcta alimentación.

También abrimos ventanas para que alumnos y alumnas crezcan en información y responsabilidad en distintos campos de conocimiento.

AENOR

PROTOCOLO
FRENTE AL COVID-19

GB CORPORACION

Gastronomía Baska

Aritz Bidea 75, Eneperi 13, Belako Industrialdea
48100 Mungia (Bizkaia)
Tel.: 94 452 38 00

SUGERENCIAS PARA CENAS:



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

LOCAL responsable
agroecología RICO saludable
trabajamos en valores que nos hacen mejores



www.gastronomiabaska.com

