

Menú Adaptación

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

02

03

04

07

08

09

10

11

14

15

16

17

18

21

22

23

24

25

- Puré de merluza y arroz con verduras
- Albóndigas de pollo y cerdo en salsa
- Fruta
- Pan

- Puré de pollo con verduras
- Bacalao en salsa marinera
- Yogurt sabores
- Pan

- Puré de ternera con verduras
- Croquetas
- Fruta
- Pan

- Puré de cordero con verduras
- Tortilla de patata
- Yogurt natural
- Pan

- Puré de lentejas con verduras
- Estofado de pavo
- Fruta
- Pan

28

29

30

- Puré de merluza y arroz con verduras
- Filete de merluza romana
- Fruta
- Pan

- Puré de pavo con verduras
- Jamón rebozado
- Yogurt sabores
- Pan

- Puré de ternera con verduras
- Salchichas frankfurt con tomate
- Fruta
- Pan



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

Moldaketa Menua

ASTELEHENA

ASTEARTEA

ASTEAZKENA

OSTEGUNA

OSTIRALA

01

02

03

04

07

08

09

10

11

14

15

16

17

18

21

- Legatz, arroz eta barazki purea
- Oilasko eta txerri albondigak saltsan
- Fruta
- Ogia

22

- Oilasko eta barazki purea
- Bakailaoa marinela saltsan
- Zaporedun jogurta
- Ogia

23

- Txahal eta barazki purea
- Kroketak
- Fruta
- Ogia

24

- Arkume eta barazki purea
- Patata tortila
- Jogurt naturala
- Ogia

25

- Dilista purea
- Indioilar erregosia
- Fruta
- Ogia

28

- Legatz, arroz eta barazki purea
- Legatz xerra erromatar erara
- Fruta
- Ogia

29

- Indioilar eta barazki purea
- Urdaiazpiko egosi arrautzazatua
- Zaporedun jogurta
- Ogia

30

- Txahal eta barazki purea
- Frankfurt saltxitxak tomatearekin
- Fruta
- Ogia



www.zainduzaituz.com

CompromisoKode
Konpromisua dugu erkidegoarekin
Compromiso con la comunidad



BAZKARIAN HARTUTAKO JAKIAK	AFALTZEKO GOMENDIOAK
Arroza, orekia, patata edo lekaleak	Barazki edo ortuari gordin edo prestatuak
Barazkiak	Arroza, orekia edo patatak
Haragiak	Arraina edo arrautza
Arrainak	Haragia edo arrautza
Arrautza	Arraina edo haragia
Fruta	Esnekia edo fruta
Esnekia	Fruta

www.gastronomiabaska.com