



Gobierno Vasco

Octubre 2025

Menú Basal

Tamar

RESTAURACIÓN & CATERING

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

		1 Kcal 756 Glú 92 Líp 35 Pro 25 1° Puré de verduras 2° Tortilla de patata con ensalada tres estaciones Postre Fruta Pan	2 Kcal 680 Glú 97 Líp 20 Pro 34 1° Patatas en salsa verde 2° Bacalao a la romana con pimientos Postre Fruta Pan	3 Kcal 897 Glú 104 Líp 31 Pro 54 1° Alubias rojas con verduras 2° Escalope de ternera con champiñones Postre Yogur Pan
6 Kcal 914 Glú 121 Líp 29 Pro 43 1° Espaguetis con tomate 2° Hamburguesas con pimientos Postre Fruta Pan	7 Kcal 787 Glú 93 Líp 36 Pro 29 1° Patatas guisadas 2° Merluza a la romana con mahonesa Postre Fruta Pan integral	8 Kcal 827 Glú 76 Líp 39 Pro 43 1° Ensalada ilustrada 2° Guisado de ternera a la jardinera Postre Yogur Pan	9 Kcal 719 Glú 80 Líp 37 Pro 22 Crema de calabaza Tortilla de patata y calabacín con ensalada tres estaciones Fruta	10 Kcal 895 Glú 121 Líp 36 Pro 30 1° Lentejas con verduras 2° San jacob con ensalada Postre Fruta Pan
13 Kcal 760 Glú 81 Líp 25 Pro 58 1° Vainas con patata 2° Lomo adobado de cerdo con lechuga Postre Yogur Pan	14 Kcal 626 Glú 81 Líp 13 Pro 38 1° Alubias blancas con calabaza 2° Merluza al horno en salsa cazadora Postre Fruta Pan integral	15 Kcal 790 Glú 138 Líp 13 Pro 38 1° Arroz con verduras 2° Guisado de pavo con pimientos Postre Fruta Pan	16 Kcal 648 Glú 88 Líp 24 Pro 23 1° Sopa de fideos 2° Tortilla de patata con tomate Postre Fruta Pan	17 Kcal 876 Glú 104 Líp 30 Pro 51 1° Garbanzos con berza 2° Escalope de ternera con ensalada tres estaciones Postre Fruta Pan
20 Kcal 883 Glú 122 Líp 33 Pro 31 1° Tallarines a la boloñesa 2° Tortilla de patata con ensalada tres estaciones Postre Fruta Pan	21 Kcal 808 Glú 96 Líp 25 Pro 48 1° Garbanzos con calabaza 2° Bacalao a la romana con ensalada tres estaciones Postre Fruta Pan integral	22 Kcal 940 Glú 102 Líp 34 Pro 50 1° Patatas guisadas 2° Muslo de pollo asado con patatas chips Postre Yogur Pan	23 Kcal 746 Glú 85 Líp 30 Pro 36 1° Puré de verduras 2° Salmón fresco al horno con verduras Postre Fruta Pan	24 Kcal 862 Glú 103 Líp 29 Pro 51 1° Alubias blancas con verduras 2° Hamburguesas de ternera con champiñones Postre Fruta Pan
27 Kcal 671 Glú 98 Líp 16 Pro 40 1° Lentejas con zanahoria 2° Merluza al horno en salsa verde Postre Fruta Pan	28 Kcal 729 Glú 82 Líp 26 Pro 45 1° Macarrones con tomate y verduras 2° Pechuga de pollo empanada con ensalada tres estaciones Postre Fruta Pan integral	29 Kcal 856 Glú 151 Líp 12 Pro 34 1° Arroz con verduras 2° Alubias rojas con zanahoria Postre Yogur Pan	30 Kcal 678 Glú 74 Líp 27 Pro 37 1° Porrusalda 2° Escalope de ternera con tian de verduras Postre Fruta Pan	31 Kcal 788 Glú 91 Líp 36 Pro 29 1° Guisantes con jamón 2° Tortilla de patata con lechuga Postre Fruta Pan



Eusko Jaurlaritza

2025ko Urria

Oinarrizko menua

Tamar

RESTAURACIÓN & CATERING

Astelehena

Asteartea

Asteazkena

Osteguna

Ostirala

		1 Kcal 756 Glú 92 Líp 35 Pro 25 1° Barazki purea 2° Patata tortila hiru urtaro entsaladarekin Postrea Fruta Ogia	2 Kcal 680 Glú 97 Líp 20 Pro 34 1° Patatak saltsa berdean 2° Makailu frijitua piperrekin Postrea Fruta Ogia	3 Kcal 897 Glú 104 Líp 31 Pro 54 1° Indaba gorriak barazkiekin 2° Txahal eskalopea barregorriekin Postrea Jogurta Ogia
6 Kcal 914 Glú 121 Líp 29 Pro 43 1° Espagetiak tomatearekin 2° Hanburgesak piperrekin Postrea Fruta Ogia	7 Kcal 787 Glú 93 Líp 36 Pro 29 1° Patata gisatuak 2° Legatz frijitua mahonesarekin Postrea Fruta Ogi integrala	8 Kcal 827 Glú 76 Líp 39 Pro 43 1° Entsalada ilustratua 2° Txahal gisatua barazkiekin Postrea Jogurta Ogia	9 Kcal 719 Glú 80 Líp 37 Pro 22 Kuia krema Patata eta kuitxo tortila ensaladarekin Postrea Fruta Ogia	10 Kcal 895 Glú 121 Líp 36 Pro 30 1° Dilistak barazkiekin 2° San jakoboa entsaladarekin Postrea Fruta Ogia
13 Kcal 760 Glú 81 Líp 25 Pro 58 1° Lekak patatekin 2° Txerri solomo adobatua uhazarekin Postrea Jogurta Ogia	14 Kcal 626 Glú 81 Líp 13 Pro 38 1° Indaba gorriak kuiarekin 2° Legatz errea ehiztari saltsan Postrea Fruta Ogi integrala	15 Kcal 790 Glú 138 Líp 13 Pro 38 1° Arroza barazkiekin 2° Indoiar gisatua piperrekin Postrea Fruta Ogia	16 Kcal 648 Glú 88 Líp 24 Pro 23 1° Fideo zopa 2° Patata tortila tomatearekin Postrea Fruta Ogia	17 Kcal 876 Glú 104 Líp 30 Pro 51 1° Garbantzuak azarekin 2° Txahal eskalopea entsaladarekin Postrea Fruta Ogia
20 Kcal 883 Glú 122 Líp 33 Pro 31 1° Tailarinak Boloinesar erara 2° Patata tortila hiru urtaro entsaladarekin Postrea Fruta Ogia	21 Kcal 808 Glú 96 Líp 25 Pro 48 1° Garbantzuak kuiarekin 2° Makailu frijitua hiru urtaro entsaladarekin Postrea Fruta Ogi integrala	22 Kcal 940 Glú 102 Líp 34 Pro 50 1° Patata gisatuak 2° Oilasko izter errea txips patatekin Postrea Jogurta Ogia	23 Kcal 746 Glú 85 Líp 30 Pro 36 1° Barazki purea 2° Izokin feskua errea barazkiekin Postrea Fruta Ogia	24 Kcal 862 Glú 103 Líp 29 Pro 51 1° Indaba zuriak azenarioarekin 2° Txahal hanburgesak barregorriekin Postrea Fruta Ogia
27 Kcal 671 Glú 98 Líp 16 Pro 40 1° Dilistak azenarioarekin 2° Legatz errea saltsa berdean Postrea Fruta Ogia	28 Kcal 729 Glú 82 Líp 26 Pro 45 1° Makarroiak tomate eta barazkiekin 2° Oilasko bularki birrineztatua hiru urtaro entsaladarekin Postrea Fruta Ogi integrala	29 Kcal 856 Glú 151 Líp 12 Pro 34 1° Arroza barazkiekin 2° Indaba gorriak azenarioarekin Postrea Jogurta Ogia	30 Kcal 678 Glú 74 Líp 27 Pro 37 1° Porrusaltsa 2° Txahal eskalopea tian barazkiekin Postrea Fruta Ogia	31 Kcal 788 Glú 91 Líp 36 Pro 29 1° Ilarrak urdaiazpikoarekin 2° Patata tortila uhazarekin Postrea Fruta Ogia