



Gobierno Vasco
Enero 2025
Menú Basal



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

FIESTA

7 Kcal 838 Glú 106 Líp 24 Pro 54
1° Lentejas con verduras
2° Pechuga de pollo empanada con ensalada tres estaciones
Postre Fruta Pan integral

8 Kcal 951 Glú 134 Líp 28 Pro 44
1° Arroz con tomate
2° Guisado de ternera con champiñones
Postre Yogur Pan

9 Kcal 820 Glú 85 Líp 39 Pro 35
1° Patatas en salsa verde
2° Salmón fresco al horno con mahonesa
Postre Fruta Pan

10 Kcal 790 Glú 91 Líp 35 Pro 38
1° Guisantes con jamón
2° Tortilla de patata y calabacín con ensalada tres estaciones
Postre Fruta Pan

13 Kcal 914 Glú 136 Líp 31 Pro 23
1° Tallarines con tomate y bonito
2° Croquetas de jamón con ensalada tres estaciones
Postre Fruta Pan

14 Kcal 737 Glú 107 Líp 21 Pro 40
1° Alubias rojas con zanahoria
2° Bacalao al horno con pisto
Postre Fruta Pan integral

15 Kcal 895 Glú 128 Líp 26 Pro 39
1° Arroz con pollo
2° Albóndigas a la jardinera
Postre Fruta Pan

16 Kcal 776 Glú 92 Líp 36 Pro 25
1° Puré de verduras
2° Tortilla de patata con ensalada tres estaciones
Postre Yogur Bebible Pan

17 Kcal 879 Glú 91 Líp 30 Pro 52
1° Garbanzos con calabaza
2° Escalope de ternera con pimientos verdes
Postre Fruta Pan

20 Kcal 774 Glú 81 Líp 35 Pro 37
1° Vainas con patatas
2° Hamburguesas de ternera con ensalada tres estaciones
Postre Fruta Pan

21 Kcal 888 Glú 129 Líp 27 Pro 30
1° Sopa de lluvia
2° Tortilla de patata y chorizo con ensalada tres estaciones
Postre Fruta Pan integral

22 Kcal 813 Glú 99 Líp 26 Pro 53
1° Lentejas con verduras
2° Merluza al horno en salsa de espárragos
Postre Yogur Pan

23 Kcal 800 Glú 137 Líp 13 Pro 40
1° Arroz tres delicias
2° Guisado de pavo con champiñones
Postre Fruta Pan

24 Kcal 728 Glú 124 Líp 15 Pro 28
1° **Crema de zanahoria**
2° **Alubias blancas con verduras**
Postre Fruta Pan

27 Kcal 779 Glú 121 Líp 21 Pro 37
1° Espaguetis con tomate y verduras
2° Merluza al horno en salsa verde
Postre Yogur Pan

28 Kcal 759 Glú 93 Líp 34 Pro 24
1° Crema de calabacín
2° Tortilla de patata con ensalada tres estaciones
Postre Fruta Pan integral

29 Kcal 819 Glú 94 Líp 27 Pro 53
1° Garbanzos con acelgas
2° Muslo de pollo asado con verduras
Postre Fruta Pan

30 Kcal 785 Glú 97 Líp 26 Pro 46
1° Patatas a la riojana
2° Palometa con tomate
Postre Fruta Pan

31 Kcal 890 Glú 100 Líp 33 Pro 47
1° Lentejas con verduras
2° Escalope de ternera con ensalada tres estaciones
Postre Fruta Pan





Eusko Jaurlaritza

2025 ko Urtarrila

Oinarrizko menua



Astelehena

Asteartea

Asteazkena

Osteguna

Ostirala

JAIA

7 Kcal 838 Glú 106 Líp 24 Pro 54
1° Dilistak barazkiekin
2° Oilasko bularki birrineztatua hiru urtaro entsaladarekin
 Postrea Fruta Ogi integrala

8 Kcal 951 Glú 134 Líp 28 Pro 44
1° Arroza tomatearekin
2° Txahal gisatua barregorriekin
 Postrea Jogurta Ogia

9 Kcal 820 Glú 85 Líp 39 Pro 35
1° Patatak saltsa berdean
2° Izokin fresko errea mahonesarekin
 Postrea Fruta Ogia

10 Kcal 790 Glú 91 Líp 35 Pro 38
1° Ilarrak urdaiazpikoarekin
2° Patata tortila hiru urtaro entsaladarekin
 Postrea Fruta Ogia

13 Kcal 914 Glú 136 Líp 31 Pro 23
1° Tailarinak tomate eta hegaluzearekin
2° Urdaiazpiko kroketak hiru urtaro entsaladarekin
 Postrea Fruta Ogia

14 Kcal 737 Glú 107 Líp 21 Pro 40
1° Indaba gorriak azenarioarekin
2° Makailu errea pistoarekin
 Postrea Fruta Ogi integrala

15 Kcal 895 Glú 128 Líp 26 Pro 39
1° Arroza oilaskoarekin
2° Albondigak barazkiekin
 Postrea Fruta Ogia

16 Kcal 776 Glú 92 Líp 36 Pro 25
1° Barazki purea
2° Patata tortila hiru urtaro entsaladarekin
 Postrea Edateko Jogurta Ogia

17 Kcal 879 Glú 91 Líp 30 Pro 52
1° Indaba zuriak kuiarekin
2° Txahal eskalopea piper berdeekin
 Postrea Fruta Ogia

20 Kcal 774 Glú 81 Líp 35 Pro 37
1° Lekak patatekin
2° Txahal hanburesak hiru urtaro entsaladarekin
 Postrea Fruta Ogia

21 Kcal 888 Glú 129 Líp 27 Pro 30
1° Euri zopa
2° Txorizo eta patata tortila hiru urtaro entsaladarekin
 Postrea Fruta Ogi integrala

22 Kcal 813 Glú 99 Líp 26 Pro 53
1° Dilistak barazkiekin
2° Legatz errea zainzuri saltsan
 Postrea Jogurta Ogia

23 Kcal 800 Glú 137 Líp 13 Pro 40
1° Hiru gutziako arroza
2° Indioilar gisatua barregorriekin
 Postrea Fruta Ogia

24 Kcal 728 Glú 124 Líp 15 Pro 28
1° **Azenario krema**
2° **Indaba zuriak barazkiekin**
 Postrea Fruta Ogia

27 Kcal 779 Glú 121 Líp 21 Pro 37
1° Espagetiak tomate eta barazkiekin
2° Legatz errea saltsa berdean
 Postrea Jogurta Ogia

28 Kcal 759 Glú 93 Líp 34 Pro 24
1° Kuitxo krema
2° Patata tortila hiru urtaro entsaladarekin
 Postrea Fruta Ogi integrala

29 Kcal 819 Glú 94 Líp 27 Pro 53
1° Garbantzuak zerbekin
2° Oilasko izter errea barazkiekin
 Postrea Fruta Ogia

30 Kcal 785 Glú 97 Líp 26 Pro 46
1° Patatak errioxar erara
2° Papardoa tomatearekin
 Postrea Fruta Ogia

31 Kcal 890 Glú 100 Líp 33 Pro 47
1° Dilistak barazkiekin
2° Txahal eskalopea hiru urtaro entsaladarekin
 Postrea Fruta Ogia

