

Noviembre 2021

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
1 SANTU GUZTIEN EGUNA / DÍA DE TODOS LOS SANTOS	2 - Puré de coliflor - Tortilla de patatas al horno - con lechuga aliñada	3 - Espirales con tomate casero - Lomo adobado - con champiñones	4 - Paella mixta - Pescado azul - en salsa tomate	5 - Alubias blancas con verduras - Merluza rebozada - con tomate aliñado
8 - Puré de vainas - Albóndigas estofadas - en salsa española	9 - Macarrones con tomate casero y queso - Merluza - con lechuga aliñada	10 - Sopa casera con fideos - Brocheta de ave al horno - con champiñones al ajillo	11 - Puré de verduras - Libritos de jamón y queso - con pimientos rojos	12 - Garbanzos guisados - Pescado fresco - en salsa donostiarra
15 - Lentejas guisadas - Fritos variados - con piperrada	16 - Arroz tres delicias - Bacalao - con ensalada mixta	17 - Puré de espinacas - Tortilla de patatas al horno - en salsa tomate	18 - Macarrones a la Milanese - Merluza - con patatas chip	19 - Puré de verduras - Aguja de ternera guisada
22 - Macarrones con tomate casero - Tortilla francesa casera - con lechuga aliñada	23 - Puré de verduras - Merluza rebozada - con mahonesa	24 - Arroz con champiñones - Pechuga de pollo rebozada - con tomate aliñado	25 - Alubias blancas con verduras - Hamburguesas - en salsa casera	26 - Puré de verduras - Bacalao - en salsa tomate

29

- Arroz con salsa de tomate casero

- Salchichas de cerdo al horno



- con ensalada mixta



-

30

- Puré de verduras

- Pavo estofado

- en salsa Pepitoria

-

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
<p>1</p> <p>SANTU GUZTIEN EGUNA / DÍA DE TODOS LOS SANTOS</p>	<p>2</p> <ul style="list-style-type: none"> - Coliflor con refrito de ajo y cebolla - Tortilla de patatas al horno - con lechuga aliñada - Yogur bebible 	<p>3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Espirales con tomate casero - Lomo adobado - con champiñones - Fruta de temporada 	<p>4</p> <ul style="list-style-type: none"> - Paella mixta - Pescado azul - en salsa tomate - Fruta de temporada 	<p>5</p> <ul style="list-style-type: none"> - Alubias blancas con verduras - Merluza rebozada - con tomate aliñado - Yogur
<p>8</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vainas con patatas - Albóndigas estofadas - en salsa española - Queso y membrillo 	<p>9</p> <ul style="list-style-type: none"> - Macarrones con tomate casero y queso - Tortilla francesa casera - con lechuga aliñada - Fruta de temporada 	<p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa casera con fideos - Brocheta de ave al horno - con champiñones al ajillo - Yogur 	<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> - Puré de verduras - Libritos de jamón y queso - con pimientos rojos - Fruta de temporada 	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> - Garbanzos guisados - Pescado fresco - en salsa donostiarra - Natillas de vainilla
<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas guisadas - Fritos variados - con piperrada - Yogur bebible 	<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz tres delicias - Bacalao - con ensalada mixta - Fruta de temporada 	<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> - Espinacas gratinadas con queso - Tortilla de patatas al horno - en salsa tomate - Yogur 	<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> - Macarrones a la Milanese - Merluza - con patatas chip - Fruta de temporada 	<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa casera con fideos - Aguja de ternera guisada - Yogur
<p>22</p> <ul style="list-style-type: none"> - Macarrones con tomate casero - Tortilla francesa casera - con lechuga aliñada - Yogur 	<p>23</p> <ul style="list-style-type: none"> - Brócoli con refrito - Merluza rebozada - con mahonesa - Fruta de temporada 	<p>24</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz con champiñones - Pechuga de pollo rebozada - con tomate aliñado - Natillas de vainilla 	<p>25</p> <ul style="list-style-type: none"> - Alubias blancas con verduras - Hamburguesas - en salsa casera - Fruta de temporada 	<p>26</p> <ul style="list-style-type: none"> - Puré de verduras - Libritos de jamón y queso - con lechuga aliñada - Yogur

29

- Arroz con salsa de tomate casero

- Salchichas de cerdo al horno



- con ensalada mixta



- Yogur bebible



30

- Sopa casera con fideos



- Pavo estofado

- en salsa Pepitoria

- Fruta de temporada

Noviembre 2021

lunes

1

SANTU GUZTIEN EGUNA
/ DÍA DE TODOS LOS
SANTOS

8

Kcal. 578 H.C. 46
Lip. 35 Prot. 11

- Vainas con patatas | Puré
de verduras

- Albóndigas estofadas



- en salsa española

- Queso y membrillo



15

Kcal. 692 H.C. 88
Lip. 25 Prot. 29

- Lentejas guisadas

- Fritos variados



- Bacalao



- con piperrada

- Yogur bebible



martes

2

Kcal. 653 H.C. 58
Lip. 34 Prot. 28

- Coliflor con refrito de ajo
y cebolla

- Tortilla de patatas al
horno



- con lechuga aliñada



- Yogur bebible



9

Kcal. 760 H.C. 103
Lip. 28 Prot. 26

- Macarrones con tomate
casero y queso



- Tortilla francesa casera



- con lechuga aliñada



- Fruta de temporada

16

Kcal. 804 H.C. 91
Lip. 29 Prot. 47

- Arroz tres delicias



- Bacalao



- con ensalada mixta



- Fruta de temporada

miércoles

3

Kcal. 943 H.C. 99
Lip. 45 Prot. 38

- Espirales con tomate
casero



- Lomo adobado

- con champiñones

- Fruta de temporada

10

Kcal. 629 H.C. 58
Lip. 29 Prot. 32

- Sopa casera con fideos /
Ensalada mixta



- Brocheta de ave al horno



- con champiñones al ajillo

- Yogur



17

Kcal. 644 H.C. 61
Lip. 34 Prot. 22

- Espinacas gratinadas con
queso | Puré de verduras



- Tortilla de patatas al
horno



- en salsa tomate

- Yogur



jueves

4

Kcal. 861 H.C. 101
Lip. 38 Prot. 30

- Paella mixta

- Pescado azul



- en salsa tomate

- Fruta de temporada

11

Kcal. 851 H.C. 124
Lip. 30 Prot. 20

- Arroz con salsa de
tomate casero

- Libritos de jamón y queso



- con pimientos rojos

- Fruta de temporada

18

Kcal. 952 H.C. 98
Lip. 51 Prot. 29

- Macarrones a la Milanesa



- Bocaditos de pollo



- con patatas chip

- Fruta de temporada

viernes

5

Kcal. 784 H.C. 64
Lip. 24 Prot. 77

- Alubias blancas con
verduras / Ensalada mixta

- Muslo de pollo asado

- con tomate aliñado



- Yogur



12

Kcal. 598 H.C. 48
Lip. 28 Prot. 42

- Garbanzos guisados |
Ensalada de pasta



- Pescado fresco



- en salsa donostiarra



- Natillas de vainilla



19

Kcal. 542 H.C. 50
Lip. 14 Prot. 53

- Sopa casera con fideos /
Ensalada mixta



- Aguja de ternera guisada



-

- Yogur



22 Kcal. 766 H.C. 98
Lip. 29 Prot. 29

- Macarrones con tomate casero



- Tortilla francesa casera



- con lechuga aliñada



- Yogur



29 Kcal. 783 H.C. 93
Lip. 34 Prot. 27

- Arroz con salsa de tomate casero

- Salchichas de cerdo al horno



- con ensalada mixta



- Yogur bebible



23 Kcal. 849 H.C. 55
Lip. 54 Prot. 37

- Brócoli con refrito | Puré de verduras

- Merluza rebozada



- con mahonesa



- Fruta de temporada

30 Kcal. 623 H.C. 61
Lip. 29 Prot. 31

- Sopa casera con fideos / Ensalada mixta



- Pavo estofado

- en salsa Pepitoria

- Fruta de temporada

24 Kcal. 816 H.C. 91
Lip. 26 Prot. 56

- Arroz con champiñones

- Pechuga de pollo rebozada



- con tomate aliñado



- Natillas de vainilla



25 Kcal. 777 H.C. 80
Lip. 38 Prot. 32

- Alubias blancas con verduras

- Hamburguesas



- en salsa casera

- Fruta de temporada

26 Kcal. 689 H.C. 96
Lip. 23 Prot. 22

- Patatas guisadas



- Libritos de jamón y queso



- con lechuga aliñada



- Yogur



Noviembre 2021

lunes

1

SANTU GUZTIEN EGUNA / DÍA DE TODOS LOS SANTOS

martes

2

Kcal. 653 H.C. 58
Lip. 34 Prot. 28

- Coliflor con refrito de ajo y cebolla

- Tortilla de patatas al horno



- con lechuga aliñada



- Yogur bebible



miércoles

3

Kcal. 935 H.C. 98
Lip. 45 Prot. 34

- Pasta sin gluten con salsa tomate

- Lomo adobado

- con champiñones

- Fruta de temporada

jueves

4

Kcal. 861 H.C. 101
Lip. 38 Prot. 30

- Paella mixta

- Pescado azul sin rebozar



- en salsa tomate

- Fruta de temporada

viernes

5

Kcal. 784 H.C. 64
Lip. 24 Prot. 77

- Alubias blancas con verduras / Ensalda mixta

- Muslo de pollo asado

- con tomate aliñado



- Yogur



8

Kcal. 578 H.C. 46
Lip. 35 Prot. 11

- Vainas con patatas | Puré de verduras

- Albóndigas estofadas



- en salsa española

- Queso y membrillo



9

Kcal. 752 H.C. 102
Lip. 28 Prot. 22

- Pasta sin gluten con salsa tomate

- Tortilla francesa casera



- con lechuga aliñada



- Fruta de temporada

10

Kcal. 629 H.C. 58
Lip. 29 Prot. 32

- Sopa casera con fideos sin gluten

- Brocheta de ave al horno



- con champiñones al ajillo

- Yogur



11

Kcal. 940 H.C. 102
Lip. 45 Prot. 33

- Arroz con salsa de tomate casero

- Lomo adobado

- con pimientos rojos

- Fruta de temporada

12

Kcal. 862 H.C. 82
Lip. 37 Prot. 54

- Garbanzos guisados

- Pescado fresco



- en salsa donostiarra



- Natillas de vainilla



15

Kcal. 706 H.C. 93
Lip. 25 Prot. 26

- Lentejas guisadas

- Croquetas de jamón sin gluten



- con piperrada

- Yogur bebible



16

Kcal. 804 H.C. 91
Lip. 29 Prot. 47

- Arroz tres delicias



- Bacalao



- con ensalada mixta



- Fruta de temporada

17

Kcal. 644 H.C. 83
Lip. 26 Prot. 17

- Puré de verduras

- Tortilla de patatas al horno



- en salsa tomate

- Yogur



18

Kcal. 944 H.C. 97
Lip. 51 Prot. 25

- Pasta sin gluten a la Milanese

- Bocaditos de pollo caseros

- con patatas chip

- Fruta de temporada

19

Kcal. 542 H.C. 50
Lip. 14 Prot. 53

- Sopa casera con fideos sin gluten

- Aguja de ternera guisada



- Yogur



22

Kcal. 758 H.C. 97
Lip. 29 Prot. 25

- Pasta sin gluten con salsa tomate

- Tortilla francesa casera



- con lechuga aliñada



- Yogur



23

Kcal. 849 H.C. 55
Lip. 54 Prot. 37

- Brócoli con refrito | Puré de verduras

- Merluza rebozada sin gluten



- con mahonesa



- Fruta de temporada

24

Kcal. 816 H.C. 91
Lip. 26 Prot. 56

- Arroz con champiñones

- Pechuga de pollo rebozado sin gluten



- con tomate aliñado



- Natillas de vainilla



25

Kcal. 777 H.C. 80
Lip. 38 Prot. 32

- Alubias blancas con verduras

- Hamburguesas



- en salsa casera

- Fruta de temporada

26

Kcal. 778 H.C. 74
Lip. 38 Prot. 35

- Patatas guisadas



- Lomo adobado

- con lechuga aliñada



- Yogur



29 Kcal. 783 H.C. 93
Lip. 34 Prot. 27

- Arroz con salsa de
tomate casero

- Salchichas de cerdo al
horno



- con ensalada mixta



- Yogur bebible



30 Kcal. 623 H.C. 61
Lip. 29 Prot. 31

- Sopa casera con fideos
sin gluten

- Pavo estofado

- en salsa Pepitoria

- Fruta de temporada