

























# Octubre 2021

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
				<b>1</b>
				- Arroz con salsa de tomate casero
				- Bacalao
				
				- en salsa casera
				-
<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>
- Puré de verduras	- Paella mixta	- Puré de coliflor	- Espagueti a la bolognesa	- Alubias blancas con verduras
- Brocheta de ave al horno	- Merluza rebozada	- Libritos de jamón y queso	 Tortilla francesa casera	- Merluza al horno
	  	    		
- en salsa Pepitoria	- con pimientos rojos	- con champiñones	- con lechuga aliñada	- en salsa donostiarra
-	-	-		
				-
<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>
	PILAR-eko AMABIRJINA / VIRGEN DEL PILAR	- Puré de vainas	- Garbanzos con chorizo	- Puré de verduras
		- Albóndigas estofadas		- Muslo de pollo asado
		- en salsa española	- Merluza al horno	- con lechuga aliñada
		-		
			- con ensalada mixta	-
				
			-	
<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>
- Puré de verduras	- Macarrones a la Milanese	- Lentejas guisadas	- Puré de verduras	- Arroz con salsa de tomate casero
- Guiso de cerdo con verduras		- Brocheta de ave al horno	- Hamburguesas	- Merluza rebozada
-	- Pescado azul			  
-	 	- con champiñones encebollados	- en salsa jardinera	- con lechuga aliñada
-	- en salsa piquillo	-	-	
				-

25

- Lentejas guisadas
- Tortilla de patatas al horno
- con lechuga aliñada
- 



26

- Puré de verduras
- Merluza
- en salsa verde
- 



27

- Espirales a la carbonara
- Bacalao rebozado
- con mahonesa
- 



28

- Sopa casera de estrellas
- Pechuga de pollo rebozada
- con menestra
- 



















































29

- Puré de coliflor
- Salchichas frescas de cerdo al horno
- con pimientos confitados
- 



# Octubre 2021

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
<p><b>4</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sopa casera con fideos </li> <li>- Brocheta de ave al horno </li> <li>- en salsa Pepitoria</li> <li>- Yogur </li> </ul>	<p><b>5</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Paella mixta</li> <li>- Merluza rebozada   </li> <li>- con pimientos rojos</li> <li>- Fruta de temporada</li> </ul>	<p><b>6</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Coliflor con patatas </li> <li>- Libritos de jamón y queso       </li> <li>- con champiñones</li> <li>- Yogur </li> </ul>	<p><b>7</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Espagueti a la bolognesa </li> <li>- Tortilla francesa casera  </li> <li>- con lechuga aliñada </li> <li>- Fruta de temporada</li> </ul>	<p><b>1</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz con salsa de tomate casero</li> <li>- Tortilla de patatas al horno </li> <li>- con tomate aliñado </li> <li>- Yogur </li> </ul> <p><b>8</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Alubias blancas con verduras</li> <li>- Merluza al horno </li> <li>- en salsa donostiarra </li> <li>- Natillas de chocolate </li> </ul>
<p><b>11</b></p>	<p><b>12</b></p> <p>PILAR-eko AMABIRJINA / VIRGEN DEL PILAR</p>	<p><b>13</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Puré de vainas </li> <li>- Albóndigas estofadas </li> <li>- en salsa española</li> <li>- Yogur bebible </li> </ul>	<p><b>14</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Garbanzos con chorizo </li> <li>- Merluza al horno </li> <li>- con ensalada mixta </li> <li>- Fruta de temporada</li> </ul>	<p><b>15</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Puré de verduras</li> <li>- Muslo de pollo asado</li> <li>- con lechuga aliñada </li> <li>- Yogur </li> </ul>
<p><b>18</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sopa casera con fideos </li> <li>- Guiso de cerdo con verduras</li> <li>- Queso y membrillo  </li> </ul>	<p><b>19</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Macarrones a la Milanese </li> <li>- Pescado azul  </li> <li>- en salsa piquillo</li> <li>- Fruta de temporada</li> </ul>	<p><b>20</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lentejas guisadas</li> <li>- Brocheta de ave al horno </li> <li>- con champiñones encebollados</li> <li>- Yogur </li> </ul>	<p><b>21</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Guisantes con refrito </li> <li>- Hamburguesas </li> <li>- en salsa jardinera</li> <li>- Fruta de temporada</li> </ul>	<p><b>22</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz con salsa de tomate casero</li> <li>- Merluza rebozada   </li> <li>- con lechuga aliñada </li> <li>- Yogur </li> </ul>

25

- Lentejas guisadas
- Tortilla de patatas al horno
- con lechuga aliñada
- Yogur

26

- Puré de verduras
- Hamburguesas
- en salsa cazadora
- Fruta de temporada

27

- Espirales a la carbonara
- Bacalao rebozado
- con mahonesa
- Yogur bebible

28

- Sopa casera de estrellas
- Pechuga de pollo rebozada
- con menestra
- Fruta de temporada

29

- Puré de coliflor
- Salchichas frescas de cerdo al horno
- con pimientos confitados
- Yogur



25 Kcal. 606 H.C. 78  
Lip. 21 Prot. 26

- Lentejas guisadas
- Tortilla de patatas al horno
- con lechuga aliñada
- Yogur

26 Kcal. 901 H.C. 101  
Lip. 45 Prot. 27

- Arroz tres delicias
- Hamburguesas
- en salsa cazadora
- Fruta de temporada

27 Kcal. 1057 H.C. 91  
Lip. 60 Prot. 39

- Espirales a la carbonara
- Bacalao rebozado
- con mahonesa
- Yogur bebible

28 Kcal. 662 H.C. 71  
Lip. 18 Prot. 54

- Sopa casera de estrellas | Ensaladilla rusa
- Pechuga de pollo rebozada
- con menestra
- Fruta de temporada

29 Kcal. 746 H.C. 72  
Lip. 38 Prot. 27

- Puré de coliflor
- Salchichas frescas de cerdo al horno
- con pimientos confitados
- Yogur

# Octubre 2021

lunes

**4** Kcal. 633 H.C. 56  
Lip. 30 Prot. 34

- Sopa casera con fideos sin gluten
- Brocheta de ave al horno
- en salsa Pepitoria
- Yogur

**11**

**18** Kcal. 624 H.C. 65  
Lip. 26 Prot. 34

- Sopa casera con fideos sin gluten
- Guiso de cerdo con verduras
- Queso y membrillo

martes

**5** Kcal. 868 H.C. 99  
Lip. 39 Prot. 31

- Paella mixta
- Lomo adobado
- con pimientos rojos
- Fruta de temporada

**12**

PILAR-eko AMABIRJINA / VIRGEN DEL PILAR

**19** Kcal. 928 H.C. 100  
Lip. 44 Prot. 33

- Pasta sin gluten a la Milanesea
- Pescado azul sin rebozar
- en salsa piquillo
- Fruta de temporada

miércoles

**6** Kcal. 794 H.C. 56  
Lip. 44 Prot. 41

- Coliflor con patatas
- Lomo adobado
- con champiñones
- Yogur

**13** Kcal. 557 H.C. 46  
Lip. 32 Prot. 11

- Puré de vainas | Vainas con patatas
- Albóndigas estofadas
- en salsa española
- Yogur bebible

**20** Kcal. 699 H.C. 69  
Lip. 29 Prot. 39

- Lentejas guisadas
- Brocheta de ave al horno
- con champiñones encebollados
- Yogur

jueves

**7** Kcal. 807 H.C. 106  
Lip. 31 Prot. 25

- Pasta sin gluten a la bolognesa
- Tortilla francesa casera
- con lechuga aliñada
- Fruta de temporada

**14** Kcal. 454 H.C. 41  
Lip. 16 Prot. 38

- Garbanzos con chorizo | Ensalada mixta
- Merluza al horno
- con ensalada mixta
- Fruta de temporada

**21** Kcal. 551 H.C. 51  
Lip. 32 Prot. 18

- Guisantes con jamón | Puré de verduras
- Hamburguesas
- en salsa jardinera
- Fruta de temporada

viernes

**1** Kcal. 730 H.C. 99  
Lip. 28 Prot. 21

- Arroz con salsa de tomate casero
- Tortilla de patatas al horno
- con tomate aliñado
- Yogur

**8** Kcal. 840 H.C. 78  
Lip. 35 Prot. 55

- Alubias blancas con verduras
- Merluza al horno
- en salsa donostiarra
- Natillas de chocolate




**15** Kcal. 908 H.C. 85  
Lip. 31 Prot. 72

- Arroz con salsa de tomate casero
- Muslo de pollo asado
- con lechuga aliñada
- Yogur




**22** Kcal. 762 H.C. 109  
Lip. 27 Prot. 21

- Arroz con salsa de tomate casero
- Croquetas de jamón sin gluten
- con lechuga aliñada
- Yogur








**25** Kcal. 606 H.C. 78  
Lip. 21 Prot. 26

- Lentejas guisadas
- Tortilla de patatas al horno
- 
- con lechuga aliñada
- 
- Yogur
- 


**26** Kcal. 901 H.C. 101  
Lip. 45 Prot. 27

- Arroz tres delicias
-  
- Hamburguesas
- 
- en salsa cazadora
- Fruta de temporada


**27** Kcal. 1057 H.C. 91  
Lip. 60 Prot. 39

- Pasta sin gluten a la carbonara
-  
- Bacalao rebozado sin gluten
-  
- con mahonesa
-  
- Yogur bebible
- 

**28** Kcal. 662 H.C. 71  
Lip. 18 Prot. 54

- Sopa casera de estrellas sin gluten
- Pechuga de pollo rebozado sin gluten
- 
- con menestra
- Fruta de temporada

**29** Kcal. 746 H.C. 72  
Lip. 38 Prot. 27

- Puré de coliflor
- Salchichas frescas de cerdo al horno
- 
- con pimientos confitados
- Yogur
- 