

MENÚ SUPERVISADO POR PROFESIONALES CON FORMACIÓN ACREDITADA EN NUTRICIÓN Y DIETÉTICA aramark



MES: Septiembre 2026

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1	2	3	4
Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandía y melón en función al grado de maduración.	-	-	-	-
7	8	9	10	11
Lentejas a la jardinera Huevos revueltos con picadillo de chorizo con ensalada fresca de lechuga con tomate Fruta y pan Dilistak barazkiekin Arrautza nahaskia txorizo xehetuarekin letxuga freskoko entsalada tomatearekin Fruta eta Ogia VE:2.848/681 GT:16 GS:4 HC:108 AZ:25 PROT:24 SAL:1	Macarrones (eco.) con salsa de zanahoria Jamoncitos de pollo al limón con ensalada fresca con lechuga y zanahoria Fruta y pan integral Makarroiak azenario saltsan (eko) oilasko izterrak limoi zukuan letxuga eta azenarioarekin entsalada freskoa Fruta eta Gari osoko ogia VE:3.133/750 GT:18 GS:3 HC:101 AZ:29 PROT:54 SAL:1	Crema de puerros con daditos de manzana Sukalki de ternera con patatas dado Fruta y pan Porru krema zopa sagar kuboekin Behi sukalki patatak dadoak Fruta eta Ogia VE:3.545/848 GT:34 GS:5 HC:99 AZ:28 PROT:37 SAL:1	Arroz a la napolitana Pescado al ajillo con ensalada fresca con maíz dulce Yogur natural y pan integral Napoliko arroza Arraina baratxuriarekin entsalada freskoa arto gozoarekin Jogurt naturala eta Gari osoko ogia VE:3.125/748 GT:31 GS:5 HC:88 AZ:8 PROT:38 SAL:1	Salteado de acelgas frescas con patatas Espaguetis con boloñesa de soja Fruta y pan Zerba freskoak patatekin Espagetiak soja bolognesa Fruta eta Ogia VE:2.441/584 GT:5 GS:1 HC:115 AZ:27 PROT:20 SAL:1
14	15	16	17	18
Salteado de guisantes con jamón Estofado vegetal a la jardinera con patatas dado Fruta y pan ilarra urdaiazpikoarekin proteina begetala erregosia barazki saltsan patatak dadoak Fruta eta Ogia VE:3.383/809 GT:28 GS:3 HC:106 AZ:34 PROT:29 SAL:1	Menestra de verduras salteadas Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga Fruta y pan integral Barazki estofatua salteatua Abadira donostiar erara letxuga entsalada Fruta eta Gari osoko ogia VE:2.653/635 GT:33 GS:4 HC:66 AZ:22 PROT:31 SAL:1	Sopa minestrone (eco.) Pollo asado con pisto Fruta y pan Minestrone zopa (organikoa). Oilasko errea ratatouille Fruta eta Ogia VE:2.616/626 GT:12 GS:2 HC:87 AZ:27 PROT:43 SAL:1	Alubias pintas guisadas Tortilla de patatas con ensalada fresca de lechuga con remolacha Yogur natural y pan integral Pinto babarrun estofatuak Patata tortilla letxuga freskoa entsalada erremolatxarekin Jogurt naturala eta Gari osoko ogia VE:3.037/727 GT:25 GS:6 HC:87 AZ:14 PROT:41 SAL:1	Arroz tres delicias clásico Hamburguesa de ternera con ensalada fresca con lechuga y cebolla Fruta y pan Klasiko Hiru Plazer Arroza Txahal hanburgesa entsalada freskoa letxuga eta tipularekin Fruta eta Ogia VE:2.934/702 GT:21 GS:5 HC:113 AZ:25 PROT:29 SAL:2
21	22	23	24	25
Paella de arroz integral con verduras Escalope de ternera con ensalada de lechuga, pepino y maíz Yogur natural y pan Arroz integraleko paella barazkiekin Txahal eskalopea letxuga, pepino eta arto entsalada Jogurt naturala eta Ogia VE:4.055/970 GT:38 GS:8 HC:107 AZ:10 PROT:48 SAL:3	Sopa casera de estrellas Jamoncitos de pollo al limón con champiñones salteados Fruta y pan integral Etxeko izar-zopa oilasko izterrak limoi zukuan perretxiko salteatuak Fruta eta Gari osoko ogia VE:2.170/519 GT:7 GS:2 HC:73 AZ:26 PROT:41 SAL:1	Lentejas con verduras de temporada Huevos revueltos con cebolla y queso con ensalada fresca con maíz dulce Fruta y pan Dilistak sasoiko barazkiekin Arrautzak nahastuak tipula eta gaztarekin entsalada freskoa arto gozoarekin Fruta eta Ogia VE:2.911/696 GT:16 GS:3 HC:111 AZ:27 PROT:31 SAL:1	Crema de zanahoria (eco.) Albóndigas veggie a la jardinera con patatas dado Fruta y pan integral Azenario krema (organikoa). Barazki haragi-bolak saltsan patatak dadoak Fruta eta Gari osoko ogia VE:4.120/986 GT:47 GS:12 HC:109 AZ:38 PROT:36 SAL:1	Garbanzos con hortalizas de temporada Salmón asado con salsa de cítricos con ensalada fresca con aceitunas Fruta y pan Txitxirioak sasoiko barazkiekin Izokin errea zitriko saltsarekin entsalada freskoa oliba batekin Fruta eta Ogia VE:3.830/916 GT:29 GS:3 HC:117 AZ:36 PROT:49 SAL:1
28	29	30		
Salteado de guisantes con sofrito de tomate y cebolla Albóndigas de ternera en salsa con patatas dado asadas con ajo y romero Fruta y pan Ilarra tomate saltsa eta tipularekin Haragi-bolak saltsan patata erreak, baratxuri eta erromuinoarekin Fruta eta Ogia VE:3.114/745 GT:24 GS:9 HC:101 AZ:35 PROT:39 SAL:1	Arroz integral con salsa de tomate Filete de merluza en salsa vizcaína con ensalada fresca de lechuga con remolacha Fruta y pan integral Arroz integrala tomate saltsarekin Legatz xerra bizkaitar saltsan letxuga freskoa entsalada erremolatxarekin Fruta eta Gari osoko ogia VE:2.683/642 GT:9 GS:0 HC:111 AZ:24 PROT:30 SAL:2	Rehogado de calabacín fresco con patata y cebolla Puchero de garbanzos con arroz, patata, cebolla, zanahoria, judía verde y calabaza Fruta y pan Patata eta tipulinarekin kalabazina fresko salteatua Garbantzuzko estofatua, arroz, patata, tipula, azenario, babarrun berdeak eta kalabaza erabiliz Fruta eta Ogia VE:2.943/704 GT:16 GS:1 HC:113 AZ:36 PROT:26 SAL:3		

En cumplimiento del RD 315/2025, la información sobre alérgenos presentes en cada uno de los platos está disponible en el tablón / pizarra del comedor. Contacte con su responsable en caso de duda