



COLEGIO SAN JOSÉ-CARMELITAS
 C/Parque Santurtzi, 7 48980-SANTURTZI
 Telf.: 944.612.536 Fax: 944.612.369
 sjosesan@planalfa.es
TIPO MENU: Normal Abril



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>9</p> <p>Sopa de fideos con garbanzos San jacobito con lechuga Fruta Pan</p> <p>Kcal 786 Lip.(gr.) 26 Prot.(gr.) 30 H.C(gr.) 110</p>	<p>10</p> <p>Arroz con salchichas y chorizo Zapatero con tomate Yogurt Pan</p> <p>Kcal 782 Lip.(gr.) 21 Prot.(gr.) 45 H.C(gr.) 109</p>	<p>11</p> <p>Ensalada campera Lomo adobado con chips Fruta Pan Pan</p> <p>Kcal 800 Lip.(gr.) 36 Prot.(gr.) 40 H.C(gr.) 81</p>	<p>12</p> <p>Puré de verdura Carne guisada de ternera con verduras Yogurt Pan</p> <p>Kcal 784 Lip.(gr.) 26 Prot.(gr.) 45 H.C(gr.) 91</p>	<p>13</p> <p>Espirales salteados con champiñón y bacon Muslo de pollo asado con lechuga Gelatina Pan</p> <p>Kcal 913 Lip.(gr.) 30 Prot.(gr.) 60 H.C(gr.) 103</p>
<p>16</p> <p>Patatas a la riojana Hamburguesa casera de vacuno al horno con tomate Fruta Pan</p> <p>Kcal 714 Lip.(gr.) 23 Prot.(gr.) 32 H.C(gr.) 95</p>	<p>17</p> <p>Alubias rojas con verdura Bacalao romana con lechuga Yogurt Pan</p> <p>Kcal 785 Lip.(gr.) 18 Prot.(gr.) 53 H.C(gr.) 104</p>	<p>18</p> <p>Espaguetis con tomate Escalope de cerdo con pimientos rojos Fruta Pan Pan</p> <p>Kcal 854 Lip.(gr.) 28 Prot.(gr.) 40 H.C(gr.) 111</p>	<p>19</p> <p>Crema de calabaza y zanahoria Estofado de pavo en salsa rubia Yogurt Pan</p> <p>Kcal 633 Lip.(gr.) 18 Prot.(gr.) 42 H.C(gr.) 77</p>	<p>20</p> <p>Lentejas con verdura Tortilla de patata con lechuga Fruta Pan</p> <p>Kcal 749 Lip.(gr.) 20 Prot.(gr.) 31 H.C(gr.) 112</p>
<p>23</p> <p>Crema de calabacín Lomo adobado con pimientos rojos Fruta Pan</p> <p>Kcal 673 Lip.(gr.) 24 Prot.(gr.) 33 H.C(gr.) 85</p>	<p>24</p> <p>Verdura local Macarrones ecológicos Ensalada campera local Yogurt local Pan</p> <p>Kcal 1006 Lip.(gr.) 44 Prot.(gr.) 34 H.C(gr.) 121</p>	<p>25</p> <p>Garbanzos con verdura Alitas de pollo con patatas fritas Flan vainilla Pan</p> <p>Kcal 962 Lip.(gr.) 37 Prot.(gr.) 52 H.C(gr.) 104</p>	<p>26</p> <p>Arroz tres delicias Filete de merluza romana con lechuga Fruta Pan</p> <p>Kcal 840 Lip.(gr.) 26 Prot.(gr.) 37 H.C(gr.) 119</p>	<p>27</p> <p>Sopa de estrellas con garbanzos Huevos revueltos con patatas y york Yogurt Pan</p> <p>Kcal 783 Lip.(gr.) 32 Prot.(gr.) 40 H.C(gr.) 84</p>



ASTELEHENA	ASTEARTEA	ASTEAZKENA	OSTEGUNA	OSTIRALA
	9	10	11	12
Fideo zopa garbantzuekin San jakoboa letxugarekin Fruta Ogia	Arroza saltxitxa eta txorizoarekin Zapataria tomatearekin Jogurta Ogia	Entsalada Txerri solomo ontzutua txip patatekin Fruta Ogia Ogia	Barazki purea Txahal okela gisatua barazkiekin Jogurta Ogia	Kiribil salteatuak barrengorri eta hirugiharrekin Oilasko iztar errea letxugarekin Gelatina Ogia
Kcal 786 Lip.(gr.) 26 Prot.(gr.) 30 H.C(gr.) 110	Kcal 782 Lip.(gr.) 21 Prot.(gr.) 45 H.C(gr.) 109	Kcal 800 Lip.(gr.) 36 Prot.(gr.) 40 H.C(gr.) 81	Kcal 784 Lip.(gr.) 26 Prot.(gr.) 45 H.C(gr.) 91	Kcal 913 Lip.(gr.) 30 Prot.(gr.) 60 H.C(gr.) 103
	16	17	18	19
Patatak errioxar erara Etxean egindako behiki hanburgesa laban eginda tomatearekin Fruta Ogia	Indaba gorriak barazkiekin Bakailaoa erromatar erara letxugarekin Jogurta Ogia	Espagetiak tomatearekin Txerri eskalopea piper gorriekin Fruta Ogia Ogia	Kalabaza eta azenario krema Indioilar erregosia saltsa horixkan Jogurta Ogia	Dilistak barazkiekin Patata tortila letxugarekin Fruta Ogia
Kcal 714 Lip.(gr.) 23 Prot.(gr.) 32 H.C(gr.) 95	Kcal 785 Lip.(gr.) 18 Prot.(gr.) 53 H.C(gr.) 104	Kcal 854 Lip.(gr.) 28 Prot.(gr.) 40 H.C(gr.) 111	Kcal 633 Lip.(gr.) 18 Prot.(gr.) 42 H.C(gr.) 77	Kcal 749 Lip.(gr.) 20 Prot.(gr.) 31 H.C(gr.) 112
	23	24	25	26
Kalabazin krema Txerri solomo ontzutua piper gorriekin Fruta Ogia	Herriko barazkiak Makarroi ekologikoak Herriko barazki entsalada Herriko jogurta Ogia	Garbantzuak barazkiekin Oilasko hegotoxak patata frijituekin Banilla budina Ogia	Hiru gutziako arroza Legatz xerra erromatar erara letxugarekin Fruta Ogia	Izar zopa garbantzuekin Arrautza nahasiak patata eta urdaiazpiko ecosiarekin Jogurta Ogia
Kcal 673 Lip.(gr.) 24 Prot.(gr.) 33 H.C(gr.) 85	Kcal 1006 Lip.(gr.) 44 Prot.(gr.) 34 H.C(gr.) 121	Kcal 962 Lip.(gr.) 37 Prot.(gr.) 52 H.C(gr.) 104	Kcal 840 Lip.(gr.) 26 Prot.(gr.) 37 H.C(gr.) 119	Kcal 783 Lip.(gr.) 32 Prot.(gr.) 40 H.C(gr.) 84