



Lunes

Martes

Gobierno Vasco

Octubre 2024

Menú Ovolacteovegetariano

Tamar

RESTAURACIÓN & CATERING

Miércoles

Jueves

Viernes

1 Kcal 824 Glú 109 Líp 27 Pro 36

- 1° Garbanzos con espinacas
- 2° Tortilla de patata con tomate

Postre Fruta Pan integral

2 Kcal 756 Glú 86 Líp 31 Pro 36

- 1° Puré de verduras
- 2° Hamburguesas de soja con vegetales salteados*

Postre Fruta Pan

3 Kcal 736 Glú 95 Líp 27 Pro 32

- 1° Patatas guisadas*
- 2° Huevos primavera*

Postre Fruta Pan

4 Kcal 928 Glú 97 Líp 29 Pro 59

- 1° Alubias blancas con verduras
- 2° Arroz con verduras*

Postre Yogur Pan

7 Kcal 812 Glú 87 Líp 18 Pro 60

- 1° Espaguetis con tomate y bonito
- 2° Crema de champiñones*

Postre Fruta Pan

8 Kcal 814 Glú 75 Líp 38 Pro 43

- 1° Ensalada oriental
- 2° Tofu con pimientos*

Postre Fruta Pan integral

9 Kcal 845 Glú 112 Líp 36 Pro 22

- 1° Patatas guisadas*
- 2° Croquetas de espinacas con ensalada tres estaciones*

Postre Yogur Pan

10 Kcal 812 Glú 77 Líp 42 Pro 34

- 1° Crema de zanahoria
- 2° Seitán con verduras*

Postre Fruta Pan

11 Kcal 916 Glú 96 Líp 41 Pro 47

- 1° Lentejas con verduras
- 2° Tortilla de patata con ensalada tres estaciones

Postre Fruta Pan

14 Kcal 703 Glú 69 Líp 25 Pro 43

- 1° Menestra de verduras
- 2° Huevos con tomate*

Postre Fruta Pan

15 Kcal 747 Glú 103 Líp 21 Pro 40

- 1° Alubias rojas con calabaza
- 2° Puré de verduras*

Postre Fruta Pan integral

16 Kcal 807 Glú 137 Líp 15 Pro 38

- 1° Arroz con tomate
- 2° Seitán con verduras*

Postre Fruta Pan

17 Kcal 790 Glú 93 Líp 36 Pro 26

- 1° Crema de coliflor
- 2° Tortilla de patata con ensalada tres estaciones*

Postre Yogur Pan

18 Kcal 877 Glú 106 Líp 28 Pro 50

- 1° Lentejas con zanahoria
- 2° Patatas guisadas*

Postre Fruta Pan

21 Kcal 724 Glú 76 Líp 29 Pro 36

- 1° Vainas con patatas
- 2° Huevos con tomate*

Postre Fruta Pan

22 Kcal 905 Glú 93 Líp 33 Pro 45

- 1° Tallarines con tomate y queso
- 2° Hamburguesas de soja con zanahoria y calabacín*

Postre Yogur Pan integral

23 Kcal 776 Glú 98 Líp 26 Pro 29

- 1° **Ensalada tropical**
- 2° **Garbanzos con verduras**

Postre Fruta Pan

24 Kcal 894 Glú 139 Líp 20 Pro 47

- 1° Arroz con verduras*
- 2° Tofu con champiñones*

Postre Fruta Pan

25 Kcal 755 Glú 86 Líp 36 Pro 22

- 1° Sopa de fideo*
- 2° Tortilla de patata con ensalada tres estaciones*

Postre Fruta Pan

28 Kcal 754 Glú 109 Líp 20 Pro 38

- 1° Lentejas con arroz
- 2° Puré de verduras*

Postre Fruta Pan

29 Kcal 813 Glú 87 Líp 18 Pro 60

- 1° Macarrones con tomate y verduras
- 2° Tortilla de patata con ensalada tres estaciones*

Postre Fruta Pan integral

30 Kcal 837 Glú 107 Líp 27 Pro 44

- 1° Alubias blancas con verduras
- 2° Patatas guisadas*

Postre Yogur Pan

31 Kcal 787 Glú 82 Líp 37 Pro 33

- 1° Puré de verduras
- 2° Seitán con ensalada tres estaciones*

Postre Fruta Pan



Eusko Jaurlaritzza

2024ko Urria

Obolaktobegetariano menua

Astelehena

Asteartea

Asteazkena

Osteguna

Ostirala

<p>6 Kcal 824 Glú 109 Líp 27 Pro 36</p> <p>1° Garbantzuk ziazerbekin</p> <p>2° Patata tortila tomatearekin</p> <p>Postrea Fruta Ogi integrala</p>	<p>7 Kcal 812 Glú 87 Líp 18 Pro 60</p> <p>1° Espagetiak tomate eta hegaluzearekin</p> <p>2° Barrengorri krema*</p> <p>Postrea Fruta Ogi</p>	<p>8 Kcal 814 Glú 75 Líp 38 Pro 43</p> <p>1° Ekialdeko entsalada</p> <p>2° Tofu piperrekin*</p> <p>Postrea Fruta Ogi integrala</p>	<p>9 Kcal 845 Glú 112 Líp 36 Pro 22</p> <p>1° Patata gisatuak*</p> <p>2° Ziazerba krocketak hiru urtaro entsaladarekin*</p> <p>Postrea Jogurta Ogi</p>	<p>10 Kcal 812 Glú 77 Líp 42 Pro 34</p> <p>1° Azenario krema</p> <p>2° Seitan barazkiekin*</p> <p>Postrea Fruta Ogi</p>
<p>11 Kcal 824 Glú 109 Líp 27 Pro 36</p> <p>1° Garbantzuk ziazerbekin</p> <p>2° Patata tortila tomatearekin</p> <p>Postrea Fruta Ogi integrala</p>	<p>12 Kcal 814 Glú 87 Líp 18 Pro 60</p> <p>1° Espagetiak tomate eta hegaluzearekin</p> <p>2° Barrengorri krema*</p> <p>Postrea Fruta Ogi</p>	<p>13 Kcal 814 Glú 75 Líp 38 Pro 43</p> <p>1° Ekialdeko entsalada</p> <p>2° Tofu piperrekin*</p> <p>Postrea Fruta Ogi integrala</p>	<p>14 Kcal 845 Glú 112 Líp 36 Pro 22</p> <p>1° Patata gisatuak*</p> <p>2° Ziazerba krocketak hiru urtaro entsaladarekin*</p> <p>Postrea Jogurta Ogi</p>	<p>15 Kcal 812 Glú 77 Líp 42 Pro 34</p> <p>1° Azenario krema</p> <p>2° Seitan barazkiekin*</p> <p>Postrea Fruta Ogi</p>
<p>16 Kcal 824 Glú 109 Líp 27 Pro 36</p> <p>1° Garbantzuk ziazerbekin</p> <p>2° Patata tortila tomatearekin</p> <p>Postrea Fruta Ogi integrala</p>	<p>17 Kcal 814 Glú 87 Líp 18 Pro 60</p> <p>1° Espagetiak tomate eta hegaluzearekin</p> <p>2° Barrengorri krema*</p> <p>Postrea Fruta Ogi</p>	<p>18 Kcal 814 Glú 75 Líp 38 Pro 43</p> <p>1° Ekialdeko entsalada</p> <p>2° Tofu piperrekin*</p> <p>Postrea Fruta Ogi integrala</p>	<p>19 Kcal 845 Glú 112 Líp 36 Pro 22</p> <p>1° Patata gisatuak*</p> <p>2° Ziazerba krocketak hiru urtaro entsaladarekin*</p> <p>Postrea Jogurta Ogi</p>	<p>20 Kcal 812 Glú 77 Líp 42 Pro 34</p> <p>1° Azenario krema</p> <p>2° Seitan barazkiekin*</p> <p>Postrea Fruta Ogi</p>
<p>21 Kcal 824 Glú 109 Líp 27 Pro 36</p> <p>1° Garbantzuk ziazerbekin</p> <p>2° Patata tortila tomatearekin</p> <p>Postrea Fruta Ogi integrala</p>	<p>22 Kcal 814 Glú 87 Líp 18 Pro 60</p> <p>1° Espagetiak tomate eta hegaluzearekin</p> <p>2° Barrengorri krema*</p> <p>Postrea Fruta Ogi</p>	<p>23 Kcal 814 Glú 75 Líp 38 Pro 43</p> <p>1° Ekialdeko entsalada</p> <p>2° Tofu piperrekin*</p> <p>Postrea Fruta Ogi integrala</p>	<p>24 Kcal 845 Glú 112 Líp 36 Pro 22</p> <p>1° Patata gisatuak*</p> <p>2° Ziazerba krocketak hiru urtaro entsaladarekin*</p> <p>Postrea Jogurta Ogi</p>	<p>25 Kcal 812 Glú 77 Líp 42 Pro 34</p> <p>1° Azenario krema</p> <p>2° Seitan barazkiekin*</p> <p>Postrea Fruta Ogi</p>
<p>26 Kcal 824 Glú 109 Líp 27 Pro 36</p> <p>1° Garbantzuk ziazerbekin</p> <p>2° Patata tortila tomatearekin</p> <p>Postrea Fruta Ogi integrala</p>	<p>27 Kcal 814 Glú 87 Líp 18 Pro 60</p> <p>1° Espagetiak tomate eta hegaluzearekin</p> <p>2° Barrengorri krema*</p> <p>Postrea Fruta Ogi</p>	<p>28 Kcal 814 Glú 75 Líp 38 Pro 43</p> <p>1° Ekialdeko entsalada</p> <p>2° Tofu piperrekin*</p> <p>Postrea Fruta Ogi integrala</p>	<p>29 Kcal 845 Glú 112 Líp 36 Pro 22</p> <p>1° Patata gisatuak*</p> <p>2° Ziazerba krocketak hiru urtaro entsaladarekin*</p> <p>Postrea Jogurta Ogi</p>	<p>30 Kcal 812 Glú 77 Líp 42 Pro 34</p> <p>1° Azenario krema</p> <p>2° Seitan barazkiekin*</p> <p>Postrea Fruta Ogi</p>