

Régimen Celíaco

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

- Crema de calabacín
- Bacalao al horno
- Yogurt sabores
- Pan

02

- Sopa de fideo con ave
- Lomo fresco de cerdo plancha en salsa
- Fruta
- Pan

03

- Garbanzos con verdura
- Palometa al horno con tomate
- Yogurt natural
- Pan

04

- Acelgas rehogadas
- Muslo de pollo asado con verduras
- Fruta
- Pan

07

- Espinacas rehogadas
- Filete de merluza al horno en salsa suave
- Fruta
- Pan

08

- Macarrones blancos con tomate
- Estofado de pollo con verduras
- Yogurt sabores
- Pan

09

- Porrusalda
- Filete de cabezada de cerdo plancha en salsa
- Fruta
- Pan

10

- Crema de calabaza y zanahoria
- Muslo de pollo asado con verduras
- Yogurt natural
- Pan

11

- Garbanzos con verdura
- Filete de abadejo al horno en salsa suave
- Fruta
- Pan

14

- Puré de verdura
- Pechugas de pollo plancha en salsa
- Fruta
- Pan

15

- Arroz blanco con verduras
- Palometa al horno con tomate
- Yogurt sabores
- Pan

16

- Sopa de fideo con ave
- Cerdo guisado con verduras
- Fruta
- Pan

17

- Alubias rojas con verdura
- Estofado de ternera con verduras en salsa
- Yogurt natural
- Pan

18

- Menestra de verduras
- Filete de merluza al horno
- Fruta
- Pan

21

- Espinacas rehogadas
- Carne guisada de ternera con verduras
- Fruta
- Pan

22

- Porrusalda
- Lomo fresco de cerdo plancha en salsa
- Yogurt sabores
- Pan

23

- Vainas rehogadas
- Bacalao al horno
- Fruta
- Pan

24

- Alubias blancas con verdura
- Filete de abadejo al horno en salsa verde
- Yogurt natural
- Pan

25

- Arroz blanco con tomate
- Muslo de pollo asado con puré de patata
- Fruta
- Pan

28

- Sopa de fideo con ave
- Estofado de pavo con verduras
- Fruta
- Pan

29

- Puré de acelgas y espinacas
- Bacalao al horno en salsa suave
- Yogurt sabores
- Pan

30

- Macarrones blancos con tomate
- Filete de guiarra de cerdo plancha en salsa
- Fruta
- Pan

Nota: Pan para celíacos ADPAN; Lácteos Danone; Tomate frito Orlando o IAN; Pasta de arroz/maíz Gallo; Harina: Maizena. No utilización de caldos ni condimentos.



CompromisoKode

Konpromisua dugu erkidegoarekin
Compromiso con la comunidad



www.compromisokode.com

www.zainduzaitez.com



SALUD Y NUTRICIÓN
A TU ALCANCE

Colaboramos con tu colegio para integrar el comedor en los objetivos educativos idóneos para niños y niñas. Con programas adaptados a cada edad trabajamos para que el alumnado adquiera buenos hábitos de comportamiento, aprenda a comer y entienda la importancia de una correcta alimentación.

También abrimos ventanas para que alumnos y alumnas crezcan en información y responsabilidad en distintos campos de conocimiento.

AENOR

PROTOCOLO
FRENTE AL COVID-19

GB CORPORACION

Gastronomía Baska

Aritz Bidea 75, Eneperi 13, Belako Industrialdea
48100 Mungia (Bizkaia)
Tel.: 94 452 38 00

SUGERENCIAS PARA CENAS:



ALIMENTOS CONSUMIDOS EN LA COMIDA

SUGERENCIA PARA LA CENA

Arroz, pasta, patata o legumbre	→	Verduras u hortalizas crudas o cocinadas
Verduras	→	Arroz, pasta o patata
Carnes	→	Pescados o huevo
Pescados	→	Carne o huevo
Huevo	→	Pescado o carne
Fruta	→	Lácteo o fruta
Lácteo	→	Fruta

LOCAL responsable
agroecología RICO saludable
trabajamos en valores que nos hacen mejores



www.gastronomiabaska.com

