HAUR ESKOLA AITZI

Curso 2022-2023

OCTUBRE

Puré con Proteína

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
03 – Puré de merluza y arroz con verduras – Yogurt natural	**04** – Puré de pavo con verduras – Yogurt natural	**05** – Puré de ternera con verduras – Yogurt natural	**06** – Puré de cordero con verduras – Yogurt natural	**07** – Puré de alubias blancas con verduras – Yogurt natural
10 – Puré de merluza y arroz con verduras – Yogurt natural	**11** – Puré de pollo con verduras – Yogurt natural	**12**	**13** – Puré de cordero con verduras – Yogurt natural	**14** – Puré de lentejas con verduras – Yogurt natural
17 – Puré de merluza y arroz con verduras – Yogurt natural	**18** – Puré de pavo con verduras – Yogurt natural	**19** – Puré de ternera con verduras – Yogurt natural	**20** – Puré de cordero con verduras – Yogurt natural	**21** – Puré de garbanzos con verduras – Yogurt natural
24 – Puré de merluza y arroz con verduras – Yogurt natural	**25** – Puré de pollo con verduras – Yogurt natural	**26** – Puré de ternera con verduras – Yogurt natural	**27** – Puré de cordero con verduras – Yogurt natural	**28** – Puré de alubias rojas con verduras – Yogurt natural
31 – Puré de merluza y arroz con verduras – Yogurt natural				

CompromisoKode

Konpromisua dugu erkidegoarekin
Compromiso con la comunidad

www.compromisokode.com

www.zaindu zaitez!.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.

gastronomía baska

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

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

www.gastronomiabaska.com