

Régimen Puré de Verduras Básico

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

02

- Puré de verdura
- Yogur natural

03

- Puré de verdura
- Yogur natural

06

- Puré de verdura
- Yogur natural

07

- Puré de verdura
- Yogur natural

08

- Puré de verdura
- Yogur natural

09

- Puré de verdura
- Yogur natural

10

- Puré de verdura
- Yogur natural

13

- Puré de verdura
- Yogur natural

14

- Puré de verdura
- Yogur natural

15

- Puré de verdura
- Yogur natural

16

- Puré de verdura
- Yogur natural

17

- Puré de verdura
- Yogur natural

20

- Puré de verdura
- Yogur natural

21

- Puré de verdura
- Yogur natural

22

- Puré de verdura
- Yogur natural

23

- Puré de verdura
- Yogur natural

24

- Puré de verdura
- Yogur natural

27

- Puré de verdura
- Yogur natural

28

- Puré de verdura
- Yogur natural

29

- Puré de verdura
- Yogur natural

30

- Puré de verdura
- Yogur natural

31

- Puré de verdura
- Yogur natural



CompromisoKode

Konpromisua dugu erkidegarekin
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.

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

