HAUR ESKOLA AITZI

Curso 2026-2027

NOVIEMBRE

Régimen No Huevo

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02 – Puré de verdura – Pechugas de pollo plancha en salsa – Fruta Pan	**03** – Lentejas con verdura – Filete de abadejo al horno – Yogur sabores Pan	**04** – Vainas al horno con refrito – Muslo de pollo asado con verduras – Fruta Pan	**05** – Arroz tres delicias vegetales – Filete de merluza al horno – Yogur natural Pan	**06** – Sopa de fideo con ave – Hamburguesa de ternera 100% en salsa jardinera – Fruta Pan
09 – Lentejas con verdura – Muslo de pollo asado con verduras – Fruta Pan	**10** – Crema de calabaza y zanahoria – Lomo fresco de cerdo plancha en salsa – Yogur sabores Pan	**11** – Arroz con tomate – Alitas de pollo con verduras – Fruta Pan	**12** – Macarrones salteados – Bacalao al horno – Yogur natural Pan	**13** – Patatas a la riojana – Filete de abadejo al horno – Fruta Pan
16 – Crema de calabacín – Muslo de pollo asado con verduras – Fruta Pan	**17** – Menestra de verduras con refrito – Lomo fresco de cerdo plancha en salsa – Yogur sabores Pan	**18** – Patatas con verdura – Pechugas de pollo plancha en salsa – Fruta Pan	**19** – Alubias rojas con verdura – Filete de abadejo al horno – Yogur natural Pan	**20** – Arroz integral con verduritas – Filete de merluza al horno – Fruta Pan
23 – Patatas a la riojana – Filete de merluza al horno – Fruta Pan	**24** – Puré de acelgas y calabacín – Pechugas de pollo plancha en salsa – Yogur sabores Pan	**25** – Garbanzos con verdura – Filete de salmón al horno – Fruta Pan	**26** – Arroz integral tres delicias vegetales – Zancarrón de ternera con pimientos – Yogur natural Pan	**27** – Macarrones salteados – Alitas de pollo con verduras – Fruta Pan
30 – Crema de calabaza y zanahoria – Muslo de pollo asado con verduras – Fruta Pan				

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

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