

ASTELEHENA / LUNES 01
INFORMACIÓN NUTRICIONAL

- 1º CREMA DE CALABAZA
 2º TORTILLA DE PATATA CON JAMÓN Y ENSALADA
 PAN Y POSTRE / OGIA ETA POSTREA
 1º KALABAZA KREMA
 2º PATATA TORTILA URDAIAZPIKO ETA ENTSALADAREKIN

Calorías	742	Kcal.
Lípidos (Saturados)	35	Gr.
H.Carbono (Azúcares)	80	Gr.
Proteínas	22	Gr.
Sal	4	Gr.

ASTEARTEA / MARTES 02
INFORMACIÓN NUTRICIONAL

- 1º ALUBIAS BLANCAS CON VERDURA
 2º HAMBURGESA DE TERNERA EN SALSA PRIMAVERAL
 PAN Y POSTRE / OGIA ETA POSTREA
 1º INDABA ZURIAK BARAZKIEKIN
 2º UDABERRIKO SALSAKO ZERKOR HANBURGESA

Calorías	716	Kcal.
Lípidos (Saturados)	34	Gr.
H.Carbono (Azúcares)	71	Gr.
Proteínas	34	Gr.
Sal	2	Gr.

ASTEAZKENA / MIÉRCOLES 03
INFORMACIÓN NUTRICIONAL

- 1º ARROZ HORTELANO
 2º LOMO EMPANADO CON ENSALADA
 PAN Y POSTRE
 1º ARROZA BARAZKITXOEKIN
 2º SOLOMO ENPANATUA ENTSALADAREKIN OGIA ETA POSTREA

Calorías	826	Kcal.
Lípidos (Saturados)	32	Gr.
H.Carbono (Azúcares)	9	Gr.
H.Carbono (Azúcares)	105	Gr.
Proteínas	21	Gr.
Proteínas	23	Gr.
Sal	2	Gr.

OSTEGUNA / JUEVES 04
INFORMACIÓN NUTRICIONAL

- 1º SOPA DE COCIDO CON GARBANZOS
 2º FILETE DE POLLO PLANCHA CON PATATAS
 PAN Y POSTRE
 1º LAPIKO ZOPA GARBANTZUEKIN
 2º OILASKO XERRA PLANTXAN PATATEKIN OGIA ETA POSTREA

Calorías	769	Kcal.
Lípidos (Saturados)	38	Gr.
H.Carbono (Azúcares)	8	Gr.
H.Carbono (Azúcares)	62	Gr.
Proteínas	11	Gr.
Proteínas	42	Gr.
Sal	2	Gr.

OSTIRALA / VIERNES 05
INFORMACIÓN NUTRICIONAL

- 1º CODITOS NAPOLITANA
 2º MERLUZA ROMANA CON ENSALADA
 PAN Y POSTRE
 1º NAPOLIAR KODITOKA
 2º LEGATZA ERROMATAR ERARA ENTSALADA OGIA ETA POSTREA

Calorías	709	Kcal.
Lípidos (Saturados)	17	Gr.
H.Carbono (Azúcares)	2	Gr.
H.Carbono (Azúcares)	100	Gr.
Proteínas	22	Gr.
Proteínas	34	Gr.
Sal	1	Gr.

ASTELEHENA / LUNES 08
INFORMACIÓN NUTRICIONAL

- 1º LENTEJAS GUIADAS
 2º CHULETA DE SAJONIA CON PIMIENTOS
 PAN Y POSTRE
 1º DILISTA PRESTATUAK
 2º SAJONIA TXULETAK PIPERREKIN OGIA ETA POSTREA

Calorías	765	Kcal.
Lípidos (Saturados)	37	Gr.
H.Carbono (Azúcares)	9	Gr.
H.Carbono (Azúcares)	62	Gr.
Proteínas	15	Gr.
Proteínas	40	Gr.
Sal	1	Gr.

ASTEARTEA / MARTES 09
INFORMACIÓN NUTRICIONAL

- 1º ARROZ BLANCO CON TOMATE
 2º SAN MARINO CON ENSALADA
 PAN Y POSTRE
 1º ARROZA ZURIA TOMATEAREKIN
 2º SAN MARINOA ENTSALADAREKIN OGIA ETA POSTREA

Calorías	882	Kcal.
Lípidos (Saturados)	29	Gr.
H.Carbono (Azúcares)	4	Gr.
H.Carbono (Azúcares)	129	Gr.
Proteínas	19	Gr.
Proteínas	24	Gr.
Sal	2	Gr.

ASTEAZKENA / MIÉRCOLES 10
INFORMACIÓN NUTRICIONAL

- 1º MENESTRA DE VERDURAS
 2º POLLO ASADO CON PATATAS
 PAN Y POSTRE
 1º BARAZKI MENESTRA
 2º OILASKO ERREA PATATA FRIJITUEKIN OGIA ETA POSTREA

Calorías	740	Kcal.
Lípidos (Saturados)	31	Gr.
H.Carbono (Azúcares)	6	Gr.
H.Carbono (Azúcares)	66	Gr.
Proteínas	27	Gr.
Proteínas	44	Gr.
Sal	3	Gr.

OSTEGUNA / JUEVES 11
INFORMACIÓN NUTRICIONAL

- 1º MACARRONES ITALIANA
 2º BACALAO AL HORNO CON ENSALADA
 PAN Y POSTRE
 1º MAKARROIAR ITALIAR ERARA
 2º BAKALAOIA LABEAN ENTSALADAREKIN OGIA ETA POSTREA

Calorías	777	Kcal.
Lípidos (Saturados)	29	Gr.
H.Carbono (Azúcares)	6	Gr.
H.Carbono (Azúcares)	87	Gr.
Proteínas	12	Gr.
Proteínas	39	Gr.
Sal	2	Gr.

OSTIRALA / VIERNES 12
INFORMACIÓN NUTRICIONAL

- 1º CREMA DE VERDURAS
 2º TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA Y LONCHA DE QUESO
 PAN Y POSTRE
 1º BARAZKI KREMA
 2º PATATA TORTILA ENTSALADA ETA GAZTA XERRAREKIN OGIA ETA POSTREA

Calorías	730	Kcal.
Lípidos (Saturados)	37	Gr.
H.Carbono (Azúcares)	7	Gr.
H.Carbono (Azúcares)	73	Gr.
Proteínas	8	Gr.
Proteínas	22	Gr.
Sal	4	Gr.

ASTELEHENA / LUNES 15
INFORMACIÓN NUTRICIONAL

- 1º PAELLA MIXTA
 2º MERLUZA EN SALSA
 PAN Y POSTRE
 1º PAELLA MIXTOA
 2º LEGATZA SALTZAN OGIA ETA POSTREA

Calorías	761	Kcal.
Lípidos (Saturados)	25	Gr.
H.Carbono (Azúcares)	4	Gr.
H.Carbono (Azúcares)	96	Gr.
Proteínas	20	Gr.
Proteínas	36	Gr.
Sal	2	Gr.

ASTEARTEA / MARTES 16
INFORMACIÓN NUTRICIONAL

- 1º JUDÍAS VERDES CON TOMATE
 2º ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA CAZADORA
 PAN Y POSTRE
 1º LEKAK TOMATEAREKIN
 2º TXAHAL OKEL ALBONDIGAK EHIZTARI SALTZAN OGIA ETA POSTREA

Calorías	721	Kcal.
Lípidos (Saturados)	31	Gr.
H.Carbono (Azúcares)	9	Gr.
H.Carbono (Azúcares)	78	Gr.
Proteínas	26	Gr.
Proteínas	26	Gr.
Sal	3	Gr.

ASTEAZKENA / MIÉRCOLES 17
INFORMACIÓN NUTRICIONAL

- 1º ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
 2º ROTTI DE PAVO CON CALABACÍN
 PAN Y POSTRE
 1º INDABA ZURIAK ERREGOSIAR
 2º INDOILAR ROTIA KALABAZINAREKIN OGIA ETA POSTREA

Calorías	735	Kcal.
Lípidos (Saturados)	28	Gr.
H.Carbono (Azúcares)	5	Gr.
H.Carbono (Azúcares)	72	Gr.
Proteínas	24	Gr.
Proteínas	40	Gr.
Sal	1	Gr.



En cumplimiento del Reglamento (UE) N° 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, este establecimiento tiene disponible para su consulta la información relativa a la presencia de alérgenos de nuestros productos. Pónganse en contacto con nosotros si desea más información al respecto.

ALIMENTOS CONSUMIDOS EN LA COMIDA

Arroz, pasta, patata o legumbre
 Verduras
 Carnes
 Pescados
 Huevo
 Fruta
 Lácteo

SUGERENCIA PARA LA CENA

Verdura u hortaliza cruda o cocinada
 Arroz, pasta o patata
 Pescados o huevo
 Carne o huevo
 Pescado o carne
 Lácteo o fruta
 Fruta

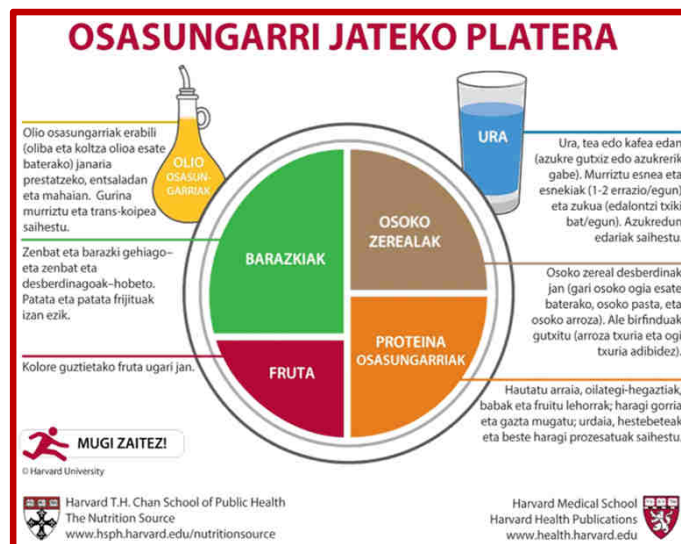
TODOS LOS DÍAS QUE EN EL MENÚ NO HAYA ENSALADA DE GUARNICIÓN, SE PONDRÁ A DISPOSICIÓN DE LOS COMENSALES UNA ENSALADA COMO COMPLEMENTO OPCIONAL AL MENÚ.

EGUNEROKO MENUAK EZ BADARAMA ENTSALADARIK GUARNIZIO BEZALA, BESTE ENTSALADA BAT JARRIKO ZAIO MAHAIKIDEARI OSAGAI GISA

SEMANA SANTA



ASTE SANTUA

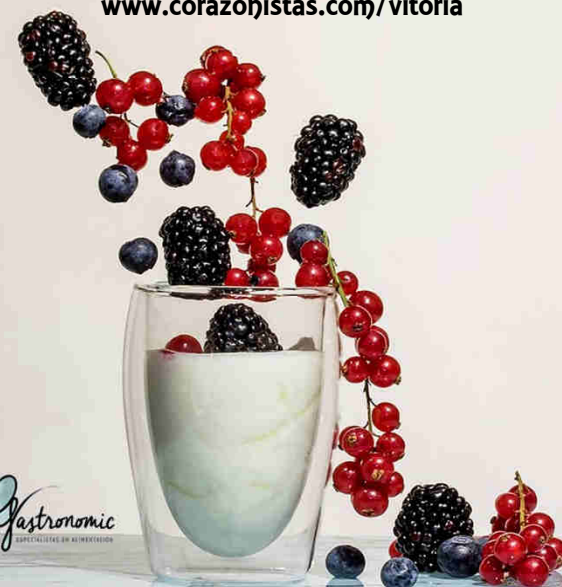


ABRIL / APIRILA 2019



COLEGIO SAGRADO CORAZÓN

Paseo Fray Francisco, 1
01007 - Vitoria - GASTEIZ
Telf: 945 15 17 09 - Fax: 945 15 02 66
www.corazonistas.com/vitoria



INFORMACIÓN NUTRICIONAL, CALCULADA DE ACUERDO A CRITERIOS DIETÉTICOS Y ESTABLECIDA PARA UN COMENSAL DE ENTRE 10 Y 12 AÑOS. EL APORTE CALÓRICO DE LA COMIDA DEBE SER APROX. EL 35% DEL TOTAL DIARIO.

KALORIA KANTITATEA 10-12 URTEKO UMEENTZAKO GOMENDATUTAKOAREN ARABERA KALKULATU DA. BAZKALORDUKO KALORIA EKARPEN EGUNEKOAREN GUTXI GORA BEHERA %35 IZAN BEHAR DA



Gastronomic
ESPECIALISTAS EN ALIMENTACIÓN
www.gastronomic.es

