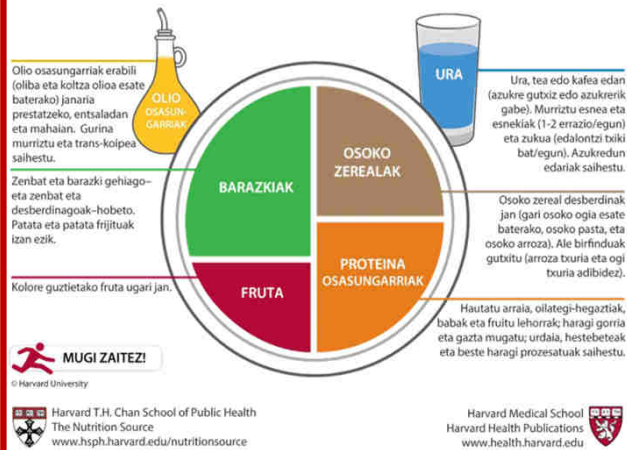


## OSASUNGARRI JATEKO PLATERA



### ASTEAZKENA / MIÉRCOLES 01

## FIESTA DEL TRABAJO LAN JAIA

### OSTEGUNA / JUEVES 02

## DÍA FESTIVO JAI EGUNAK

### OSTIRALA / VIERNES 03

## DÍA NO LECTIVO ESKOLARIK GABEKO EGUNAK

### ASTELEHENA / LUNES 06

- MACARRONES NAPOLITANA
- HAMBURGUESA DE TERNERA EN SALSA PRIMAVERAL
- MAKARROI NAPOLIAR
- UDABERRIKO SALTSAKO ZERKOR HANBURGESA
- OGIA ETA POSTREA

#### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Calorías	750	Kcal.
Lípidos (Saturados)	25 / 5	Gr.
H. Carbono (Azúcares)	93 / 22	Gr.
Proteínas	33	Gr.
Sal	2	Gr.

### ASTEARTEA / MARTES 07

- JUDÍAS PINTAS CON VERDURA
- POLLO EN SU JUGO CON ENSALADA PAN Y POSTRE
- INDABA PINTAK BARAZKIEKIN
- OILASKOA BERE SALTSAN ENTSALADAREKIN
- OGIA ETA POSTREA

#### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Calorías	685	Kcal.
Lípidos (Saturados)	21 / 4	Gr.
H. Carbono (Azúcares)	71 / 21	Gr.
Proteínas	42	Gr.
Sal	3	Gr.

### ASTEAZKENA / MIÉRCOLES 08

- CREMA DE CALABACÍN
- TORTILLA DE CHORIZO CON ENSALADA PAN Y POSTRE
- KALABAZIN KREMA
- TXORIZO TORTILA ENTSALADAREKIN
- OGIA ETA POSTREA

#### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Calorías	748	Kcal.
Lípidos (Saturados)	40 / 11	Gr.
H. Carbono (Azúcares)	67 / 17	Gr.
Proteínas	26	Gr.
Sal	2	Gr.

### OSTEGUNA / JUEVES 09

- ARROZ TRES DELICIAS
- FILETE DE POLLO PLANCHA CON ENSALADA PAN Y POSTRE
- HIRU GUTIZIAKO ARROZA
- OILASKO XERRA PLANTXAN ENTSALADAREKIN
- OGIA ETA POSTREA

#### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Calorías	780	Kcal.
Lípidos (Saturados)	28 / 6	Gr.
H. Carbono (Azúcares)	94 / 19	Gr.
Proteínas	36	Gr.
Sal	3	Gr.

### OSTIRALA / VIERNES 10

- COLIFLOR CON PATATAS
- MAGRO CON TOMATE
- PAN Y POSTRE
- AZALOREA PATATEKIN
- GIHARRA TOMATEREKIN
- OGIA ETA POSTREA

#### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Calorías	668	Kcal.
Lípidos (Saturados)	29 / 6	Gr.
H. Carbono (Azúcares)	63 / 21	Gr.
Proteínas	35	Gr.
Sal	3	Gr.

### ASTELEHENA / LUNES 13

- LENTEJAS ESTOFADAS
- TORTILLA DE PATATA CON PIMIENTOS PAN Y POSTRE
- DILISTA ERREGOSIAK
- PATATA TORTILA PIPERREKIN
- OGIA ETA POSTREA

#### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Calorías	764	Kcal.
Lípidos (Saturados)	30 / 6	Gr.
H. Carbono (Azúcares)	80 / 13	Gr.
Proteínas	34	Gr.
Sal	2	Gr.

### ASTEARTEA / MARTES 14

- ARROZ BLANCO CON TOMATE
- POLLO PLANCHA CON ENSALADA PAN Y POSTRE
- ARROZA ZURIA TOMATEAREKIN
- OILASKOA PLANTXAN ENTSALADAREKIN
- OGIA ETA POSTREA

#### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Calorías	733	Kcal.
Lípidos (Saturados)	22 / 4	Gr.
H. Carbono (Azúcares)	97 / 14	Gr.
Proteínas	33	Gr.
Sal	2	Gr.

### ASTEAZKENA / MIÉRCOLES 15

- SOPA DE COCIDO CON GARBANZOS
- MORCILLO GUISADO
- PAN Y POSTRE
- LAPIKO ZOPA GARBANTZUEKIN
- ZANKARRA ERREGOSIA
- OGIA ETA POSTREA

#### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Calorías	716	Kcal.
Lípidos (Saturados)	21 / 4	Gr.
H. Carbono (Azúcares)	90 / 19	Gr.
Proteínas	37	Gr.
Sal	1	Gr.

### OSTEGUNA / JUEVES 16

- ESPIRALES GRATINADOS
- LOMO EN SALSA
- PAN Y POSTRE
- ESPAGETIAK GAINERREKIN
- SOLOMOA SALTZAN
- OGIA ETA POSTREA

#### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Calorías	763	Kcal.
Lípidos (Saturados)	30 / 9	Gr.
H. Carbono (Azúcares)	89 / 18	Gr.
Proteínas	31	Gr.
Sal	1	Gr.

### OSTIRALA / VIERNES 17

- CREMA VICHY
- POLLO ASADO CON PATATAS
- PAN Y POSTRE
- VICHY KREMA
- OILASKO ERREA PATATA FRIJITUEKIN
- OGIA ETA POSTREA

#### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Calorías	683	Kcal.
Lípidos (Saturados)	18 / 3	Gr.
H. Carbono (Azúcares)	100 / 14	Gr.
Proteínas	27	Gr.
Sal	3	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

EN LA ELABORACIÓN DE LOS MENÚS ESPECIALES NO SE UTILIZA EL ALÉRGENO ESPECÍFICO NI DERIVADOS DEL MISMO. TODOS LOS MENÚS SON COCINADOS POR SEPARADO DEL RESTO DE MENÚS PARA EVITAR CONTAMINACIÓN CRUZADA

**ASTELEHENA / LUNES 20**
**INFORMACIÓN NUTRICIONAL**

1º ARROZ CON VERDURAS	Calorías	683	Kcal.
2º LOMO PLANCHA CON PISTO PAN Y POSTRE	Lípidos (Saturados)	30 / 7	Gr.
1º ARROZA BARAZKIEKIN	H.Carbono (Azúcares)	67 / 13	Gr.
2º SOLOMOA PLANTXAN PISTOAREKIN OGIA ETA POSTREA	Proteínas	30	Gr.
	Sal	2	Gr.

**ASTEARTEA / MARTES 21**
**INFORMACIÓN NUTRICIONAL**

1º GARBANZOS GUIRADOS	Calorías	639	Kcal.
2º HUEVOS REVUELTOS CON ENSALADA PAN Y POSTRE	Lípidos (Saturados)	27 / 5	Gr.
1º GARBANTZU GISATUAK	H.Carbono (Azúcares)	64 / 14	Gr.
2º ARRAUTZA NAHASIAK ENTSALADAREKIN OGIA ETA POSTREA	Proteínas	29	Gr.
	Sal	2	Gr.

**ASTEAZKENA / MIÉRCOLES 22**
**INFORMACIÓN NUTRICIONAL**

1º CODITOS ITALIANA	Calorías	830	Kcal.
2º MAGRO EN SU JUGO CON ENSALADA PAN Y POSTRE	Lípidos (Saturados)	27 / 5	Gr.
1º KODITOK ITALIAR	H.Carbono (Azúcares)	105 / 22	Gr.
2º GIHARRA BERE SALTSAN ENTSALADAREKIN OGIA ETA POSTREA	Proteínas	35	Gr.
	Sal	2	Gr.

**OSTEGUNA / JUEVES 23**
**INFORMACIÓN NUTRICIONAL**

1º JUDÍAS VERDES CON PATATAS	Calorías	712	Kcal.
2º FILETE DE POLLO EMPANADO CON CHAMPIÑONES PAN Y POSTRE	Lípidos (Saturados)	32 / 5	Gr.
1º LEKAK PATATEKIN	H.Carbono (Azúcares)	66 / 19	Gr.
2º OILASKO XERRA EMPANATUA TXAMPINOEKIN OGIA ETA POSTREA	Proteínas	35	Gr.
	Sal	3	Gr.

**OSTIRALA / VIERNES 24**
**INFORMACIÓN NUTRICIONAL**

1º LENTEJAS HORTELANAS	Calorías	697	Kcal.
2º ESTOFADO DE TERNERA PAN Y POSTRE	Lípidos (Saturados)	19 / 4	Gr.
1º DILISTAK BARAZKIEKIN	H.Carbono (Azúcares)	80 / 21	Gr.
2º TXAHAL OKELA ERREGOSIA OGIA ETA POSTREA	Proteínas	44	Gr.
	Sal	3	Gr.

**ASTELEHENA / LUNES 27**
**INFORMACIÓN NUTRICIONAL**

1º FUSILLIS AURORA	Calorías	804	Kcal.
2º LOMO PLANCHA CON ENSALADA PAN Y POSTRE	Lípidos (Saturados)	33 / 9	Gr.
1º FUSILLIS AURORA	H.Carbono (Azúcares)	91 / 22	Gr.
2º SOLOMOA PLANTXAN ENTSALADAREKIN OGIA ETA POSTREA	Proteínas	31	Gr.
	Sal	2	Gr.

**ASTEARTEA / MARTES 28**
**INFORMACIÓN NUTRICIONAL**

1º CREMA DE VERDURAS	Calorías	732	Kcal.
2º ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA CAZADORA PAN Y POSTRE	Lípidos (Saturados)	32 / 9	Gr.
1º BARAZKI KREMA	H.Carbono (Azúcares)	82 / 23	Gr.
2º TXAHAL OKEL ALBONDIGAK EHIZTARI SALTSAN OGIA ETA POSTREA	Proteínas	25	Gr.
	Sal	2	Gr.

**ASTEAZKENA / MIÉRCOLES 29**
**INFORMACIÓN NUTRICIONAL**

1º JUDÍAS BLANCAS ESTOFADAS	Calorías	798	Kcal.
2º POLLO CON TOMATE PAN Y POSTRE	Lípidos (Saturados)	34 / 7	Gr.
1º INDABA ZURIAK ERREGOSIAK	H.Carbono (Azúcares)	66 / 17	Gr.
2º OILASKOA TOMATEAREKIN OGIA ETA POSTREA	Proteínas	48	Gr.
	Sal	2	Gr.

**OSTEGUNA / JUEVES 30**
**INFORMACIÓN NUTRICIONAL**

1º SOPA DE AVE CON FIDEOS	Calorías	785	Kcal.
2º SAN JACOBO CASERO CON ENSALADA PAN Y POSTRE	Lípidos (Saturados)	36 / 7	Gr.
1º EGAZTI ZOPA FIDEOPASTEKIN	H.Carbono (Azúcares)	83 / 20	Gr.
2º SAN JAKOBOA ENTSALADAREKIN OGIA ETA POSTREA	Proteínas	28	Gr.
	Sal	3	Gr.

**OSTIRALA / VIERNES 31**
**INFORMACIÓN NUTRICIONAL**

1º ARROZ MILANESA	Calorías	770	Kcal.
2º JAMONCITOS DE POLLO EN SALSA PAN Y POSTRE	Lípidos (Saturados)	28 / 7	Gr.
1º ARROZA MILANESA ERARA	H.Carbono (Azúcares)	95 / 17	Gr.
2º OILASKO IZTARTXOAK SALTZAN OGIA ETA POSTREA	Proteínas	31	Gr.
	Sal	1	Gr.

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 EKARPENEA EGUNEKOAREN GUTXI GORA BEHERA %35 IZAN BEHAR DA



www.gastronomic.es

# MAYO / MAIATZA 2019

**MENÚ NO PESCADO**  
ARRINIKETA FRUITU LEHORRIK GABEKO MENUA



**CORAZONISTAS**  
VITORIA - GASTEIZ

## COLEGIO

# SAGRADO CORAZÓN

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

