

ASTELEHENA / LUNES 03		INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
1º LENTEJAS GUIADAS	Calorías	876	Kcal.
2º TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA PAN Y POSTRE / OGIA ETA POSTREA	↳ Lípidos (Saturados)	37	Gr.
1º DILISTA PRESTATUAK	↳ H.Carbono (Azúcares)	88	Gr.
2º PATATA TORTILA ENTSALADA	↳ Proteínas	23	Gr.
	↳ Sal	39	Gr.
		2	Gr.

ASTELEHENA / LUNES 10		INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
1º MARMITAKO	Calorías	870	Kcal.
2º MAGRO GUIADO CON CALABAZA Y GUIANTES PAN Y POSTRE / OGIA ETA POSTREA	↳ Lípidos (Saturados)	37	Gr.
1º MARMITAKO	↳ H.Carbono (Azúcares)	83	Gr.
2º GIHARRA ERREGOSIA KALABAZA ETA ILARREKIN	↳ Proteínas	20	Gr.
	↳ Sal	45	Gr.
		3	Gr.

ASTELEHENA / LUNES 17		INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
1º JUDÍAS VERDES REHOGADAS	Calorías	723	Kcal.
2º ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA CAZADORA PAN Y POSTRE	↳ Lípidos (Saturados)	36	Gr.
1º LEKA SUEZTITUAK	↳ H.Carbono (Azúcares)	68	Gr.
2º TXAHAL OKEL ALBONDIGAK EHIZTARI SALTZAN OGIA ETA POSTREA	↳ Proteínas	16	Gr.
	↳ Sal	27	Gr.
		4	Gr.

ASTEARTEA / MARTES 04		INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
1º MACARRONES NAPOLITANA	Calorías	738	Kcal.
2º HAMBURGUESA DE TERNERA A LA JARDINERA PAN Y POSTRE / OGIA ETA POSTREA	↳ Lípidos (Saturados)	34	Gr.
1º MAKARROIAK NAPOLITA	↳ H.Carbono (Azúcares)	10	Gr.
2º TERNERAZKO HANBURGUESA JARDINERA ERARA	↳ Proteínas	14	Gr.
	↳ Sal	27	Gr.
		2	Gr.

ASTEARTEA / MARTES 11		INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
1º PAELLA MIXTA	Calorías	859	Kcal.
2º BIENMESABE CON ENSALADA PAN Y POSTRE	↳ Lípidos (Saturados)	35	Gr.
1º PAELLA MIXTOA	↳ H.Carbono (Azúcares)	6	Gr.
2º ARRAIN MARINATUA ENTSALADAREKIN OGIA ETA POSTREA	↳ Proteínas	91	Gr.
	↳ Sal	17	Gr.
		41	Gr.
		3	Gr.

ASTEARTEA / MARTES 18		INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
1º ARROZ BLANCO CON TOMATE	Calorías	778	Kcal.
2º MERLUZA ROMANA CON ENSALADA PAN Y POSTRE	↳ Lípidos (Saturados)	25	Gr.
1º ARROZA ZURIA TOMATEAREKIN	↳ H.Carbono (Azúcares)	3	Gr.
2º LEGATZA ERROMATAR ERARA ENTSALADA OGIA ETA POSTREA	↳ Proteínas	107	Gr.
	↳ Sal	18	Gr.
		30	Gr.
		1	Gr.

ASTEAZKENA / MIÉRCOLES 05		INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
1º SOPA DE PICADILLO	Calorías	865	Kcal.
2º POLLO ASADO CON PATATAS PAN Y POSTRE	↳ Lípidos (Saturados)	37	Gr.
1º TXIKITUZKO ZOPA	↳ H.Carbono (Azúcares)	10	Gr.
2º OILASKO ERREA PATATA FRIJITUEKIN OGIA ETA POSTREA	↳ Proteínas	83	Gr.
	↳ Sal	22	Gr.
		45	Gr.
		2	Gr.

ASTEAZKENA / MIÉRCOLES 12		INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
1º GARBANZOS GUIADOS	Calorías	801	Kcal.
2º HUEVOS REVUELTOS CON BACON Y PIMIENTO ROJO PAN Y POSTRE	↳ Lípidos (Saturados)	39	Gr.
1º GARBANTZU GISATUAK	↳ H.Carbono (Azúcares)	10	Gr.
2º ARRAUTZA NAHASIAK HIRUGIHARRA ETA PIPER GORRIAREKIN OGIA ETA POSTREA	↳ Proteínas	74	Gr.
	↳ Sal	23	Gr.
		31	Gr.
		3	Gr.

ASTEAZKENA / MIÉRCOLES 19		INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
1º LENTEJAS CON VERDURAS	Calorías	775	Kcal.
2º FILETE DE POLLO CON ENSALADA PAN Y POSTRE	↳ Lípidos (Saturados)	28	Gr.
1º DILISTAK BARAZKIEKIN	↳ H.Carbono (Azúcares)	5	Gr.
2º OILASKO XERRA ENTSALADAREKIN OGIA ETA POSTREA	↳ Proteínas	79	Gr.
	↳ Sal	22	Gr.
		43	Gr.
		2	Gr.

OSTEGUNA / JUEVES 06		INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
1º ARROZ RIOJANO	Calorías	764	Kcal.
2º MERLUZA EN SALSA VERDE PAN Y POSTRE	↳ Lípidos (Saturados)	25	Gr.
1º ERRIOXAR ARROZA	↳ H.Carbono (Azúcares)	2	Gr.
2º LEGATZA SALTZAN BERDEAN OGIA ETA POSTREA	↳ Proteínas	99	Gr.
	↳ Sal	19	Gr.
		33	Gr.
		2	Gr.

OSTEGUNA / JUEVES 13		INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
1º CREMA DE VERDURAS	Calorías	780	Kcal.
2º SAN JACOBO CASERO CON SALSA DE TOMATE PAN Y POSTRE / OGIA ETA POSTREA	↳ Lípidos (Saturados)	43	Gr.
1º BARAZKI KREMA	↳ H.Carbono (Azúcares)	8	Gr.
2º ETXEAN EGINDAKO SAN JAKOBOA TOMATE SALTZAREKIN	↳ Proteínas	71	Gr.
	↳ Sal	23	Gr.
		24	Gr.
		2	Gr.

OSTEGUNA / JUEVES 20		INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
1º CREMA DE CALABAZA	Calorías	899	Kcal.
2º PIZZA ITALIANA CON ENSALADA PAN Y POSTRE	↳ Lípidos (Saturados)	38	Gr.
1º KALABAZA KREMA	↳ H.Carbono (Azúcares)	14	Gr.
2º ITALIAR PIZZA ENTSALADAREKIN OGIA ETA POSTREA	↳ Proteínas	112	Gr.
	↳ Sal	19	Gr.
		22	Gr.
		2	Gr.

OSTIRALA / VIERNES 07		INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
1º MENESTRA DE VERDURAS	Calorías	668	Kcal.
2º POLLO CON TOMATE PAN Y POSTRE	↳ Lípidos (Saturados)	27	Gr.
1º BARAZKI MENESTRA	↳ H.Carbono (Azúcares)	5	Gr.
2º OILASKOA TOMATEAREKIN OGIA ETA POSTREA	↳ Proteínas	62	Gr.
	↳ Sal	22	Gr.
		38	Gr.
		5	Gr.

OSTIRALA / VIERNES 14		INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
1º CODITOS CARBONARA	Calorías	714	Kcal.
2º BACALAO AL HORNO CON SALTEADO DE VERDURAS PAN Y POSTRE	↳ Lípidos (Saturados)	24	Gr.
1º KODITOKAK KARBONARA	↳ H.Carbono (Azúcares)	6	Gr.
2º BAKAILAOA LABAN EGINDA BARAZKI SALTZATUEKIN OGIA ETA POSTREA	↳ Proteínas	83	Gr.
	↳ Sal	15	Gr.
		38	Gr.
		3	Gr.

OSTIRALA / VIERNES 21		INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
1º ESPIRALES GRATINADOS	Calorías	771	Kcal.
2º LOMO PLANCHA CON PURÉ DE PATATA PAN Y POSTRE	↳ Lípidos (Saturados)	21	Gr.
1º KIRIBIL GAINERREAK	↳ H.Carbono (Azúcares)	4	Gr.
2º SOLOMOA PLANTXAN PUREAREKIN OGIA ETA POSTREA	↳ Proteínas	108	Gr.
	↳ Sal	15	Gr.
		33	Gr.
		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

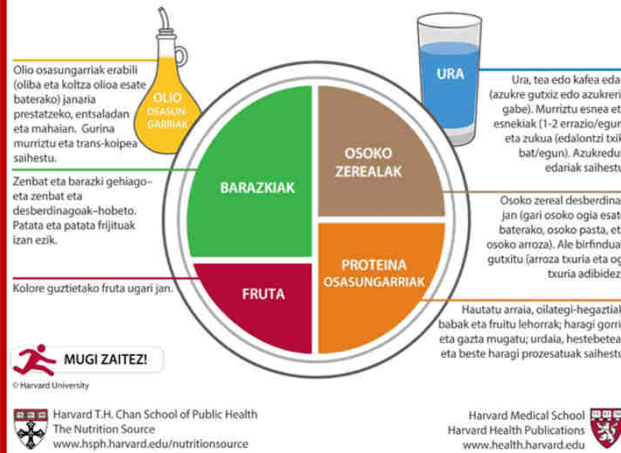
FELIZ VERANO



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 EKARPEÑA EGUNEKOAREN GUTXI GORA BEHERA %35 IZAN BEHAR DA

OSASUNGARRI JATEKO PLATERA



Gastronomic
ESPECIALISTAS EN ALIMENTACIÓN



www.gastronomic.es

JUNIO / EKAINA 2019

**MENÚ CELIACO
ZELIAKOA 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

