



COLEGIO  
GAZTELUETA  
IKASTETXEA

**MENÚ ENERO 2019**  
2º semana

Día	Infantil	Primaria, ESO y Bachillerato
<b>Lunes</b> 7	-Arroz con tomate -Croquetas de jamón con ensalada -Fruta <b>Kcal 917 Glú 141 Líp 34 Pro 18</b>	-Magnolias con tomate -Huevos fritos con salchichas -Natillas Choco <b>Kcal 999 Glú 106 Líp 53 Pro 38</b>
<b>Martes</b> 8	-Crema de zanahoria -Bacalao rebozado con mahonesa -Yogur <b>Kcal 824 Glú 84 Líp 39 Pro 38</b>	-Alubias rojas con verduras -Albóndigas con champiñones -Fruta <b>Kcal 803 Glú 116 Líp 17 Pro 51</b>
<b>Miércoles</b> 9	-Magnolias con tomate -Estofado de pavo con champiñones -Fruta <b>Kcal 780 Glú 132 Líp 9 Pro 43</b>	-Crema de calabacín -Lomo adobado de cerdo con pimientos -Fruta <b>Kcal 693 Glú 84 Líp 25 Pro 36</b>
<b>Jueves</b> 10	-Patatas a la riojana -Merluza a la romana con pimientos -Yogur bebible <b>Kcal 728 Glú 95 Líp 23 Pro 37</b>	-Patatas alpujarreñas -Merluza a la romana con ensalada -Fruta <b>Kcal 926 Glú 91 Líp 40 Pro 29</b>
<b>Viernes</b> 11	-Lentejas con puerros -Escalope de ternera con patatas -Fruta <b>Kcal 997 Glú 103 Líp 45 Pro 49</b>	-Paella -Estofado de pavo a la jardinera -Helado <b>Kcal 856 Glú 121 Líp 23 Pro 47</b>



COLEGIO  
GAZTELUETA  
IKASTETXEA

**MENÚ ENERO 2019**  
3º semana

Día	Infantil	Primaria, ESO y Bachillerato
<b>Lunes 14</b>	-Paella -San jacobito con ensalada -Fruta  <b>Kcal 917 Glú 143 Líp 35 Pro 21</b>	-Crema de verduras y puerro -Lomo adobado de cerdo con pimientos -Fruta  <b>Kcal 693 Glú 84 Líp 25 Pro 36</b>
<b>Martes 15</b>	-Alubias rojas con calabaza -Pechuga de pollo empanada con verduras Natillas Choco <b>Kcal 925 Glú 114 Líp 29 Pro 57</b>	-Lentejas con verduras -Pechuga de pollo con patatas -Fruta  <b>Kcal 897 Glú 110 Líp 24 Pro 64</b>
<b>Miércoles 16</b>	-Vainas con patatas -Merluza al horno en salsa marinera -Fruta <b>Kcal 663 Glú 84 Líp 25 Pro 28</b>	-Macarrones con chorizo -Huevos con bacon -Helado  <b>Kcal 999 Glú 98 Líp 64 Pro 34</b>
<b>Jueves 17</b>	-Espaguetis con tomate y chorizo -Filete ruso y champiñones -Yogur <b>Kcal 914 Glú 111 Líp 34 Pro 46</b>	-Patatas mimosa con nata -Filete de gallo con ensalada -Fruta  <b>Kcal 825 Glú 91 Líp 37 Pro 36</b>
<b>Viernes 18</b>	-Puré de verduras -Tortilla de patata con lechuga -Macedonia <b>Kcal 756 Glú 92 Líp 34 Pro 24</b>	-Arroz tres delicias -Filete ruso con salsa de tomate -Natillas Choco <b>Kcal 951 Glú 129 Líp 32 Pro 43</b>



COLEGIO  
GAZTELUETA  
IKASTETXEA

**MENÚ ENERO 2019**  
4º semana

Día	Infantil	Primaria, ESO y Bachillerato
<b>Lunes 21</b>	-Arroz con verduras -Salchichas al horno con puré -Fruta <b>Kcal 999 Glú 123 Líp 45 Pro 39</b>	-Espaguetti carbonara -Escalope de ternera con patatas -Copa Danone <b>Kcal 999 Glú 119 Líp 47 Pro 46</b>
<b>Martes 22</b>	-Garbanzos con chorizo -Lomo adobado de cerdo con pimientos -Yogur <b>Kcal 890 Glú 101 Líp 24 Pro 71</b>	-Cocido de lentejas con zanahoria -Filete de gallo con ensalada -Fruta <b>Kcal 820 Glú 104 Líp 26 Pro 47</b>
<b>Miércoles 23</b>	-Crema de calabaza -Merluza a la romana con pisto -Fruta <b>Kcal 674 Glú 88 Líp 23 Pro 32</b>	-Crema de verduras natural y acelgas -Lomo asado con pimientos -Copa Danone <b>Kcal 726 Glú 98 Líp 22 Pro 38</b>
<b>Jueves 24</b>	-Macarrones con tomate -Pollo asado -Gelatina <b>Kcal 884 Glú 114 Líp 19 Pro 51</b>	-Arroz negro con calamares -Huevos con salchichas -Helado <b>Kcal 999 Glú 111 Líp 59 Pro 33</b>
<b>Viernes 25</b>	-Acelgas con patatas -Palometa con tomate -Fruta <b>Kcal 717 Glú 75 Líp 29 Pro 41</b>	-Alubias blancas con chorizo -Ragout de ternera con champiñones -Macedonia <b>Kcal 787 Glú 108 Líp 18 Pro 53</b>



COLEGIO  
GAZTELUETA  
IKASTETXEA

**MENÚ ENERO 2019**  
5º semana

Día	Infantil	Primaria, ESO y Bachillerato
<b>Martes 29</b>	-Lentejas -Croquetas de jamón con lechuga -Helado <b>Kcal 943 Glú 124 Líp 38 Pro 31</b>	-Espaguettis carbonara -Albóndigas con patatas -Fruta <b>Kcal 754 Glú 111 Líp 16 Pro 46</b>
<b>Miércoles 30</b>	-Arroz con tomate -Bacalao rebozado con pimientos -Fruta <b>Kcal 790 Glú 130 Líp 22 Pro 29</b>	-Vainas con patatas -Estofado de pavo a la jardinera -Fruta <b>Kcal 666 Glú 112 Líp 6 Pro 45</b>
<b>Jueves 31</b>	-Pasta con tomate -Escalope de ternera con champiñones -Yogurt <b>Kcal 922 Glú 120 Líp 28 Pro 48</b>	-Arroz tres delicias -Bacalao rebozado con ensalada -Fruta <b>Kcal 870 Glú 115 Líp 31 Pro 38</b>