Noviembre/Azaroa 2026

Hipocalórica - - CEIP Landako Eskola HLHI

Astelehena-Lunes	Asteartea-Martes	Asteazkena-Miercoles	Osteguna-Jueves	Ostirala-Viernes
2 Arroza integrala barazkiekin Arroz Integral con Verduras Amonaren dilistak Lentejas de la Amona Tomate eta oregano entsalada Ensalada de Tomate y Orégano Sasoiko fruta Fruta Variada de Temporada	**3** Fideo zopa Sopa de Fideos Oilaskoa baratxuriarekin Pollo al Ajillo Letxuga entsalada Ensalada de Lechuga Sasoiko fruta Fruta Variada de Temporada	**4** Txitxirioak tipularekin Garbanzos Encebollados Bakailaoa labean Bacalao al horno Uraza, tomate eta arto entsalada Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz Jogurt naturala gaingabetua Yogur Natural Desnatado	**5** ECO sasoiko barazki-purea Puré de Verduras de Temporada Txahal erregosia jardinera erara Estofado de Ternera a la Jardinera Uraza eta tipula entsalada Ensalada de Lechuga y Cebolla Sasoiko fruta Fruta Variada de Temporada	**6** Leka salteatuak tomate-saltsarekin Vainas salteadas con salsa de tomate Tortilla frantsesa Tortilla francesa Uraza, tipula eta azenario entsalada Ensalada de Lechuga, Cebolla y Zanahoria Sasoiko fruta Fruta Variada de Temporada
9 ECO Makarroi integralak, tomate kalea Macarrones Integrales ECO c/Tomate Legatza labean Merluza al Horno Uraza, oliba beltza eta arto entsalada Ensalada de Lechuga, Aceitunas y Maíz Sasoiko fruta Fruta Variada de Temporada	**10** Brokoli salteatua patatekin Brócoli Salteado con patatas Txahal-eskalopeak saltsan Escalopines de ternera en salsa ECO azenario erregosia Zanahoria Rehogada Sasoiko fruta Fruta Variada de Temporada	**11** Barazki paella Paella de Verduras Tortilla frantsesa Tortilla francesa Uraza eta arto entsalada Ensalada de Lechuga y Maíz Sasoiko fruta Fruta Variada de Temporada	**12** Menestra gisatua, okindegiko patatekin eta saltsa leunarekin Menestra c/ Patata Panadera y Salsa Suave Txitxirio eltzekaria Potaje de Garbanzos Tomate ondua AOVErekin Tomate Aliñado con AOVE Jogurt naturala gaingabetua Yogur Natural Desnatado	**13** Babarrun zuri erregosiak Alubias Blancas Estofadas Tortilla frantsesa Tortilla francesa Uraza, tomate eta tipula entsalada Ensalada de Lechuga, Tomate y Cebolla Sasoiko fruta Fruta Variada de Temporada
16 Dilistak jardinera erara Lentejas a la Jardinera Bakailaoa labean Bacalao al horno Piper erreak Pimientos Asados Sasoiko fruta Fruta Variada de Temporada	**17** Arroz integrala tomate-saltsarekin Arroz Integral con Salsa de Tomate Casero Babarrun nabar gisatuak sasoiko barazkiekin Alubias Pintas Guisadas c/ Verduras de Temporada Tomate entsalada Ensalada de Tomate Sasoiko fruta Fruta Variada de Temporada	**18** Kalabazin-krema Crema de calabacín ECO Txahal-eskalopeak saltsan Escalopines de ternera en salsa Uraza, oliba beltza eta arto entsalada Ensalada de Lechuga, Aceitunas y Maíz Sasoiko fruta Fruta Variada de Temporada	**19** Hiru koloreko barazkiak(brokolia,kalabaza eta patata) Verdura Tricolor (brócoli, calabaza y patata) Tortilla frantsesa Tortilla francesa Tomate ondua oreganoarekin Tomate Aliñado con Orégano Jogurt naturala gaingabetua Yogur Natural Desnatado	**20** Ilarrak urdaiazpiko serranoarekin Guisantes con Jamón Serrano Palometa labean Palometa al horno Uraza, tipula eta azenario entsalada Ensalada de Lechuga, Cebolla y Zanahoria Sasoiko fruta Fruta Variada de Temporada
23 Pasta tomate-saltsarekin Coditos con Salsa de Tomate Tortilla frantsesa Tortilla francesa Uraza, oliba beltza eta azenarioa entsalada Ensalada de Lechuga, Aceitunas y Zanahoria Jogurt naturala gaingabetua Yogur Natural Desnatado	**24** Fideo zopa Sopa de Fideos Txahal ragouta errea Ragout de Ternera Estofado Uraza eta arto entsalada Ensalada de Lechuga y Maíz Sasoiko fruta Fruta Variada de Temporada	**25** Patatak barazkiekin Patatas con verduras Legatza labean Merluza al Horno Uraza, tomate eta tipula entsalada Ensalada de Lechuga, Tomate y Cebolla Sasoiko fruta Fruta Variada de Temporada	**26** Azalorea galiziar erara Coliflor a la Gallega Dilistak ortuko erara Lentejas a la hortelana Azenarioak Zanahoria Sasoiko fruta Fruta Variada de Temporada	**27** Kuiatxo eta porru krema Crema de Calabacín y Puerro Oilaskoa-bularkia baratxuriarekin Pechuga de Pollo al Ajillo Tomate ondua Tomate Aliñado Sasoiko fruta Fruta Variada de Temporada
30 Makarroi Integralak barazkiekin Macarrones Integrales ECO con Verduras Tortilla frantsesa Tortilla francesa Uraza eta tomate entsalada Ensalada de Lechuga y Tomate Sasoiko fruta Fruta Variada de Temporada				

mediterráneo

FRUTA DE TEMPORADA (MANZANA, PERA, PLÁTANO, NARANJA)

1169/2011 ARAUDIA. GURE PLATERAK OSATZEN DITUZTEN ALERGENOEI BURUZKO INFORMAZIO GUZTIA ZENTROAN DAGO. EDOZEIN KONTSULTA EGITEKO, GURE LANGILEEK ERANTZUNGO DIZUTE/ REGLAMENTO 1169/2011. REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ