Ausolan.

# Noviembre 2026

EBASAL: BASAL

INFANTIL / COMIDA / TURNO 01

ITURZAETA HLHI

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|---|---|---|---|---|
| **2** KCal. 801 H.C. 98 Lip. 32 P. 36 | **3** KCal. 701 H.C. 73 Lip. 36 P. 27 | **4** KCal. 930 H.C. 117 Lip. 41 P. 31 | **5** KCal. 872 H.C. 149 Lip. 22 P. 29 | **6** KCal. 674 H.C. 95 Lip. 20 P. 33 |
| PATATAS A LA RIOJANA | JUDIAS VERDES ECOLOGICAS CON PATATAS | MACARRONES INTEGRALES CON CALABACIN ECO | GARBANZOS | PURE DE ZANAHORIA ECOLOGICA |
| HAMBURGUESAS EN SALSA CON PATATAS | FILETE DE MERLUZA A LA ROMANA<br>• ENSALADA DE TOMATE EUSKAL BASERRI | TORTILLA DE PATATAS Y CALABACIN AL HORNO<br>• ENSALADA CUATRO ESTACIONES | ARROZ INTEGRAL CON VERDURA ECOLOGICA | ESTOFADO DE TERNERA CON ARROZ |
| FRUTA ECOLOGICA<br>PAN INTEGRAL | FRUTA<br>PAN | YOGUR<br>PAN INTEGRAL | FRUTA ECOLOGICA<br>PAN | FRUTA ECOLOGICA<br>PAN |
| **9** KCal. 534 H.C. 73 Lip. 15 P. 32 | **10** KCal. 904 H.C. 105 Lip. 43 P. 37 | **11** KCal. 858 H.C. 149 Lip. 18 P. 34 | **12** KCal. 742 H.C. 86 Lip. 39 P. 19 | **13** KCal. 798 H.C. 96 Lip. 32 P. 38 |
| SOPA DE AVE Y COCIDO CON ESTRELLAS | ARROZ INTEGRAL CON VERDURA ECOLOGICA | MACARRONES INTEGRALES CON CALABACIN | PORRUSALDA ECOLOGICA | ALUBIAS PINTAS |
| MUSLO DE POLLO ASADO<br>• ENSALADA CUATRO ESTACIONES | ALBONDIGAS DE TERNERA EN SALSA CON VERDURITAS | LENTEJAS ECOLOGICAS | TORTILLA DE PATATAS AL HORNO<br>• ENSALADA CUATRO ESTACIONES | MERLUZA FRESCA A LA ROMANA<br>• ENSALADA DE TOMATE EUSKAL BASERRI |
| FRUTA ECOLOGICA<br>PAN INTEGRAL | YOGUR<br>PAN | FRUTA ECOLOGICA<br>PAN INTEGRAL | FRUTA<br>PAN | FRUTA ECOLOGICA<br>PAN |
| **16** KCal. 747 H.C. 84 Lip. 39 P. 20 | **17** KCal. 575 H.C. 77 Lip. 14 P. 38 | **18** KCal. 897 H.C. 152 Lip. 22 P. 33 | **19** KCal. 828 H.C. 101 Lip. 40 P. 20 | **20** KCal. 791 H.C. 103 Lip. 27 P. 41 |
| JUDIAS VERDES ECOLOGICAS CON PATATAS | SOPA MINESTRONE | GARBANZOS | PURE DE CALABACIN ECOLOGICO | PATATAS A LA RIOJANA |
| TORTILLA DE PATATAS Y CALABACIN AL HORNO<br>• ENSALADA DE TOMATE EUSKAL BASERRI | GUISADO DE TERNERA CON ZANAHORIA ECO | MACARRONES INTEGRALES CON CALABACIN ECO | CROQUETAS<br>• ENSALADA CUATRO ESTACIONES | BACALAO CON TOMATE |
| FRUTA ECOLOGICA<br>PAN INTEGRAL | FRUTA<br>PAN | FRUTA ECOLOGICA<br>PAN INTEGRAL | YOGUR<br>PAN | FRUTA ECOLOGICA<br>PAN |
| **23** KCal. 737 H.C. 81 Lip. 33 P. 33 | **24** KCal. 807 H.C. 114 Lip. 22 P. 43 | **25** KCal. 653 H.C. 67 Lip. 25 P. 42 | **26** KCal. 694 H.C. 88 Lip. 30 P. 24 | **27** KCal. 832 H.C. 146 Lip. 18 P. 29 |
| PORRUSALDA ECOLOGICA | ALUBIAS BLANCAS | PURE DE CALABAZA ECOLOGICA | SOPA DE AVE Y COCIDO CON ESTRELLAS | LENTEJAS ECOLOGICAS |
| LOMO DE CERDO FRESCO EMPANADO<br>• ENSALADA CUATRO ESTACIONES | ATUN AL AJOARRIERO | GUISADO DE TERNERA CON ZANAHORIA ECO | TORTILLA DE PATATAS AL HORNO<br>• ENSALADA DE TOMATE EUSKAL BASERRI | ARROZ INTEGRAL CON VERDURA ECOLOGICA |
| FRUTA ECOLOGICA<br>PAN INTEGRAL | FRUTA ECOLOGICA<br>PAN | YOGUR<br>PAN INTEGRAL | FRUTA<br>PAN | FRUTA ECOLOGICA<br>PAN |
| **30** KCal. 980 H.C. 129 Lip. 35 P. 45 | | | | |
| MACARRONES CON TOMATE | | | | |
| PECHUGA DE POLLO EMPANADA EN SALSA DE CHAMPIÑON | | | | |
| FRUTA ECOLOGICA<br>PAN INTEGRAL | | | | |

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú basal. (TRANSPORTADO: en los anafilácticos los platos resaltados son la alternativa al menú de dietas)

02/11/2026 13.19.42