



Puré con Proteína

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

- Verdura y ave
- Yogurt natural

02

- Verdura y carne
- Compota de manzana

03

- Verdura y pescado
- Yogurt natural

06

07

08

09

- Verdura y carne
- Compota de manzana

10

- Puré de lentejas
- Yogurt natural

13

- Verdura y carne
- Yogurt natural

14

- Verdura y ave
- Compota de manzana

15

- Puré de garbanzos
- Yogurt natural

16

- Verdura y pescado
- Compota de manzana

17

- Verdura y ave
- Yogurt natural

20

- Puré de lentejas
- Yogurt natural

21

- Verdura y pescado
- Compota de manzana

22

- Verdura y ave
- Yogurt natural

23

24

27

28

29

30

31

“Conforme a lo establecido en el RD 126/2015, de 27 de febrero informamos que los ingredientes alérgenos que componen los platos basales están a disposición de las familias en la Cocina del Centro”



**Compromiso local**

Compromiso con la comunidad



[www.compromisolocal.com](http://www.compromisolocal.com)



SUGERENCIAS PARA CENAS: 

**ALIMENTOS CONSUMIDOS EN LA COMIDA**

**SUGERENCIA PARA LA CENA**

Arroz, pasta, patata o legumbre	→	Verduras u hortalizas crudas o cocinadas
Verduras	→	Arroz, pasta o patata
Carnes	→	Pescados o huevo
Pescados	→	Carne o huevo
Huevo	→	Pescado o carne
Fruta	→	Lácteo o fruta
Lácteo	→	Fruta

[www.cuidateycomesano.com](http://www.cuidateycomesano.com)








SALUD Y NUTRICIÓN  
A TU ALCANCE

*LOCAL responsable*  
*agroecología RICO saludable*  
*trabajamos en valores que nos hacen mejores*

Colaboramos con tu colegio para integrar el comedor en los objetivos educativos idóneos para niños y niñas. Con programas adaptados a cada edad trabajamos para que el alumnado adquiera buenos hábitos de comportamiento, aprenda a comer y entienda la importancia de una correcta alimentación.

También abrimos ventanas para que alumnos y alumnas crezcan en información y responsabilidad en distintos campos de conocimiento.



**Gastronomía Baska**  
Aritz Bidea 75, Eneperi 13, Belako Industrialdea  
48100 Mungia (Bizkaia)  
Tel.: 94 452 38 00

[www.gastronomiabaska.com](http://www.gastronomiabaska.com)

