

Ausolan. Noviembre 2025 EBASAL: BASAL INFANTIL / COMIDA / BAZKARIA		 CEP LANGILE IKASTOLA (BIDEBIETA) (LAUBIDIETA)							
Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
3 KCal. 711 H.C. 90 Lip. 26 P. 34		4 KCal. 851 H.C. 134 Lip. 28 P. 24		5 KCal. 763 H.C. 89 Lip. 31 P. 36		6 KCal. 658 H.C. 84 Lip. 22 P. 36		7 KCal. 664 H.C. 92 Lip. 18 P. 40	
MENESTRA DE VERDURAS ECOLOGICO		ESPIRALES CON TOMATE		LENTEJAS CON QUINOA ECOLOGICA		PURE DE ZANAHORIA		ALUBIAS PINTAS	
BACALAO A LA RIOJANA		TORTILLA DE PATATAS Y CALABACIN AL HORNO • ENSALADA CUATRO ESTACIONES		MERLUZA FRESCA A LA ROMANA • ENSALADA CUATRO ESTACIONES		ESTOFADO DE TERNERA CON ARROZ		MUSLO DE POLLO ASADO CON CHAMPIÑONES	
FRUTA PAN INTEGRAL		FRUTA PAN		FRUTA PAN		YOGUR PAN		FRUTA PAN	
10 KCal. 910 H.C. 134 Lip. 30 P. 35		11 KCal. 708 H.C. 71 Lip. 35 P. 30		12 KCal. 695 H.C. 88 Lip. 30 P. 25		13 KCal. 755 H.C. 105 Lip. 22 P. 41		14 KCal. 725 H.C. 89 Lip. 26 P. 39	
ARROZ CON TOMATE		PURE DE VERDURAS ECOLOGICO		SOPA DE AVE Y COCIDO CON ESTRELLAS		LENTEJAS CON QUINOA ECOLOGICA		JUDIAS VERDES CON PATATAS	
FILETE RUSO DE TERNERA EN SALS CON VERDURITAS		MEDALLON DE MERLUZA A LA ROMANA • TOMATE FRESCO EUSKAL BASERRI		TORTILLA DE PATATAS Y CHAMPIÑONES AL HORNO • ENSALADA CUATRO ESTACIONES		ATUN AL AJOARRIERO		ESCALOPE DE POLLO CON SALS AGRIDULCE Y VERDURITAS	
FRUTA PAN INTEGRAL		YOGUR PAN		FRUTA PAN		FRUTA PAN		FRUTA PAN	
17 KCal. 605 H.C. 92 Lip. 12 P. 38		18 KCal. 837 H.C. 158 Lip. 14 P. 29		19 KCal. 828 H.C. 101 Lip. 40 P. 20		20 KCal. 767 H.C. 87 Lip. 34 P. 34		21 KCal. 1002 H.C. 109 Lip. 49 P. 38	
SOPA DE AVE Y COCIDO CON ESTRELLAS		ALUBIAS PINTAS		PURE DE CALABACIN		PATATAS A LA RIOJANA		GARBANZOS	
ESTOFADO DE TERNERA CON ARROZ		PAELLA VEGETAL ECOLOGICA		CROQUETAS • ENSALADA CUATRO ESTACIONES		FILETE DE MERLUZA A LA ROMANA • ENSALADA CUATRO ESTACIONES		ALBONDIGAS EN SALS CON ZANAHORIAS	
FRUTA PAN INTEGRAL		FRUTA PAN		YOGUR PAN		FRUTA PAN		FRUTA PAN	
		25 KCal. 577 H.C. 85 Lip. 21 P. 13		26 KCal. 806 H.C. 86 Lip. 35 P. 41		27 KCal. 812 H.C. 84 Lip. 40 P. 34		28 KCal. 601 H.C. 81 Lip. 17 P. 35	
		SOPA MINSTRONE		ALUBIAS BLANCAS		PURE DE COLIFLOR		GARBANZOS CON VERDURA ECOLOGICA	
		TORTILLA DE PATATAS AL HORNO • TOMATE FRESCO EUSKAL BASERRI		MEDALLON DE MERLUZA A LA ROMANA • ENSALADA CUATRO ESTACIONES		FILETE DE PERNIL EMPANADO CON PIPERRADA		MUSLO DE POLLO ASADO CON CHAMPIÑONES	
		FRUTA PAN		YOGUR PAN		FRUTA PAN		FRUTA PAN	