

 Octubre 2026 EBASAL: BASAL INFANTIL / COMIDA / COMIDA		 CEP TOKI ALAI ARBEX		
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			1 KCal. 831 H.C. 103 Lip. 29 P. 46 ALUBIAS PINTAS LOMO DE CERDO FRESCO EMPANADO • ENSALADA CUATRO ESTACIONES FRUTA PAN	2 KCal. 784 H.C. 133 Lip. 22 P. 21 PURE DE ZANAHORIA ECOLOGICA MACARRONES INTEGRALES CON CALABACIN ECO FRUTA ECOLOGICA PAN
5 KCal. 804 H.C. 88 Lip. 41 P. 33 PATATAS EN SALSA VERDE FILETE RUSO DE TERNERA EN SALSA CON ZANAHORIAS • ENSALADA CUATRO ESTACIONES FRUTA ECOLOGICA PAN INTEGRAL	6 KCal. 832 H.C. 146 Lip. 18 P. 29 LENTEJAS ECOLOGICAS ARROZ INTEGRAL CON VERDURA ECOLOGICA FRUTA ECOLOGICA PAN	7 KCal. 692 H.C. 87 Lip. 30 P. 24 SOPA DE AVE Y COCIDO CON ESTRELLAS TORTILLA DE PATATAS AL HORNO • ENSALADA DE TOMATE EUSKAL BASERRI FRUTA PAN INTEGRAL	8 KCal. 708 H.C. 67 Lip. 38 P. 29 PORRUSALDA ECOLOGICA MERLUZA FRESCA A LA ROMANA • ENSALADA CUATRO ESTACIONES YOGUR PAN	9 KCal. 687 H.C. 92 Lip. 21 P. 39 GARBANZOS MUSLO DE POLLO ASADO CON CHAMPIÑONES FRUTA ECOLOGICA PAN
	13 KCal. 879 H.C. 122 Lip. 25 P. 48 ESPIRALES INTEGRALES CON TOMATE GUISADO DE TERNERA CON SALTEADO DE VERDURAS FRUTA PAN	14 KCal. 835 H.C. 67 Lip. 47 P. 40 POTAJE DE SOJA VERDE TORTILLA DE PATATAS Y CALABACIN AL HORNO • ENSALADA DE TOMATE EUSKAL BASERRI YOGUR PAN INTEGRAL	15 KCal. 683 H.C. 67 Lip. 33 P. 31 MENESTRA DE VERDURAS ABADEJO AL HORNO • MAHONESA FRUTA ECOLOGICA PAN	16 KCal. 898 H.C. 126 Lip. 34 P. 28 LENTEJAS ECOLOGICAS EMPANADILLAS DE ATUN • ENSALADA CUATRO ESTACIONES FRUTA ECOLOGICA PAN
19 KCal. 667 H.C. 91 Lip. 21 P. 34 JUDIAS VERDES ECOLOGICAS CON PATATAS ESTOFADO DE TERNERA CON ARROZ FRUTA ECOLOGICA PAN INTEGRAL	20 KCal. 859 H.C. 106 Lip. 38 P. 31 GARBANZOS TORTILLA DE PATATAS Y CHAMPIÑONES AL HORNO • ENSALADA CUATRO ESTACIONES FRUTA ECOLOGICA PAN	21 KCal. 784 H.C. 106 Lip. 31 P. 27 ARROZ INTEGRAL CON VERDURA ECOLOGICA FILETE DE MERLUZA AL HORNO • ENSALADA DE TOMATE EUSKAL BASERRI FRUTA PAN INTEGRAL	22 KCal. 797 H.C. 81 Lip. 33 P. 47 SOPA DE AVE Y COCIDO CON ESTRELLAS PECHUGA DE POLLO EMPANADA EN SALSA DE CHAMPIÑON • ENSALADA CUATRO ESTACIONES YOGUR PAN	23 KCal. 876 H.C. 153 Lip. 18 P. 34 MACARRONES INTEGRALES CON CALABACIN ALUBIAS PINTAS FRUTA ECOLOGICA PAN
26 KCal. 780 H.C. 106 Lip. 25 P. 38 PATATAS A LA RIOJANA ATUN AL AJOARRIERO FRUTA ECOLOGICA PAN INTEGRAL	27 KCal. 818 H.C. 103 Lip. 34 P. 32 LENTEJAS ECOLOGICAS TORTILLA DE PATATAS AL HORNO • ENSALADA DE TOMATE EUSKAL BASERRI FRUTA PAN	28 KCal. 748 H.C. 83 Lip. 33 P. 34 PURE DE VERDURAS LOMO DE CERDO FRESCO EMPANADO • ENSALADA CUATRO ESTACIONES FRUTA ECOLOGICA PAN INTEGRAL	29 KCal. 874 H.C. 144 Lip. 20 P. 37 ALUBIAS BLANCAS MACARRONES INTEGRALES CON CALABACIN ECO YOGUR PAN	30 KCal. 627 H.C. 77 Lip. 20 P. 38 SOPA MINISTRONE GUISADO DE TERNERA CON ZANAHORIA ECO • ENSALADA CUATRO ESTACIONES FRUTA ECOLOGICA PAN

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