



Lunes

Martes

Gobierno Vasco

Marzo 2023

Menú Ovolacteovegetariano

Tamar

RESTAURACIÓN & CATERING

Miércoles

Jueves

Viernes

		<p>1 Kcal 803 Glú 87 Líp 35 Pro 33</p> <p>1° Crema de calabacin</p> <p>2° Tofu con verduras*</p> <p>Postre Fruta Pan</p>	<p>2 Kcal 715 Glú 99 Líp 27 Pro 26</p> <p>1° Sopa de fideo*</p> <p>2° Hamburguesas de soja con tian de verduras*</p> <p>Postre Fruta Pan</p>	<p>3 Kcal 779 Glú 123 Líp 19 Pro 33</p> <p>1° Vainas con patatas*</p> <p>2° Alubias rojas *</p> <p>Postre Yogur Pan</p>
<p>6 Kcal 700 Glú 124 Líp 15 Pro 29</p> <p>1° Sopa de fideo*</p> <p>2° Lentejas con zanahoria</p> <p>Postre Fruta Pan</p>	<p>7 Kcal 690 Glú 78 Líp 31 Pro 27</p> <p>1° Crema de calabaza</p> <p>2° Huevos con pisto*</p> <p>Postre Yogur Pan</p>	<p>8 Kcal 919 Glú 126 Líp 26 Pro 31</p> <p>1° Arroz con verduras y champiñones</p> <p>2° Potaje de soja*</p> <p>Postre Fruta Pan</p>	<p>9 Kcal 862 Glú 112 Líp 32 Pro 36</p> <p>1° Alubias blancas con calabaza</p> <p>2° Tortilla de patata con lechuga</p> <p>Postre Fruta Pan</p>	<p>10 Kcal 801 Glú 103 Líp 24 Pro 40</p> <p>1° Patatas guisadas*</p> <p>2° Seitán con pimientos*</p> <p>Postre Fruta Pan</p>
<p>13 Kcal 806 Glú 92 Líp 43 Pro 20</p> <p>1° Vainas con patatas</p> <p>2° Croquetas de espinacas con ensalada tres estaciones*</p> <p>Postre Yogur Pan</p>	<p>14 Kcal 874 Glú 141 Líp 24 Pro 27</p> <p>1° Arroz con verduras*</p> <p>2° Hamburguesas de soja con verduras*</p> <p>Postre Fruta Pan</p>	<p>15 Kcal 707 Glú 109 Líp 16 Pro 27</p> <p>1° Sopa de fideo*</p> <p>2° Garbanzos con verduras</p> <p>Postre Fruta Pan</p>	<p>16 Kcal 820 Glú 87 Líp 37 Pro 34</p> <p>1° Crema de porrusalda</p> <p>2° Tofu con guisante y zanahoria*</p> <p>Postre Yogur bebible Pan</p>	<p>17 Kcal 739 Glú 86 Líp 34 Pro 23</p> <p>1° Sopa de lluvia*</p> <p>2° Tortilla de patata con lechuga</p> <p>Postre Fruta Pan</p>
<p>20 Kcal 907 Glú 123 Líp 26 Pro 45</p> <p>1° Macarrones con tomate*</p> <p>2° Seitán con ensalada de maiz*</p> <p>Postre Fruta Pan</p>	<p>21 Kcal 670 Glú 75 Líp 31 Pro 24</p> <p>1° Menestra de verduras</p> <p>2° Huevos con tomate*</p> <p>Postre Fruta Pan</p>	<p>22 Kcal 778 Glú 105 Líp 28 Pro 29</p> <p>1° Ensalada campera*</p> <p>2° Alubias rojas*</p> <p>Postre Yogur Pan</p>	<p>23 Kcal 942 Glú 130 Líp 33 Pro 35</p> <p>1° Arroz con verduras*</p> <p>2° Tofu con champiñones*</p> <p>Postre Fruta Pan</p>	<p>24 Kcal 760 Glú 92 Líp 34 Pro 24</p> <p>1° Crema de zanahoria</p> <p>2° Tortilla de patata con lechuga*</p> <p>Postre Fruta Pan</p>
<p>27 Kcal 766 Glú 97 Líp 30 Pro 29</p> <p>1° Guisantes *</p> <p>2° Hamburguesas de soja con tian de verduras*</p> <p>Postre Fruta Pan</p>	<p>28 Kcal 730 Glú 104 Líp 19 Pro 31</p> <p>1° Crema de champiñones*</p> <p>2° Gabanzos con arroz</p> <p>Postre Yogur Pan</p>	<p>29 Kcal 783 Glú 113 Líp 23 Pro 31</p> <p>1° Tallarines con tomate</p> <p>2° Huevos primavera*</p> <p>Postre Fruta Pan</p>	<p>30 Kcal 763 Glú 109 Líp 35 Pro 17</p> <p>1° Patatas guisadas*</p> <p>2° Croquetas de espinacas con lechuga*</p> <p>Postre Fruta Pan</p>	<p>31 Kcal 893 Glú 112 Líp 34 Pro 41</p> <p>1° Lentejas con zanahoria</p> <p>2° Tortilla de patata con ensalada</p> <p>Postre Yogur Pan</p>





Eusko Jaurlaritza

2023ko Martxo

Obolaktobegetariano menua

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Astelehena

Asteartea

Asteazkena

Osteguna

Ostirala

		<p>1 Kcal 803 Glú 87 Líp 35 Pro 33</p> <p>1° Kuitxo krema</p> <p>2° Tofu barazkiekin*</p> <p>Postrea Fruta Ogia</p>	<p>2 Kcal 715 Glú 99 Líp 27 Pro 26</p> <p>1° Fideo zopa*</p> <p>2° Sojazko hanburgesak tian barazkiekin*</p> <p>Postrea Fruta Ogia</p>	<p>3 Kcal 779 Glú 123 Líp 19 Pro 33</p> <p>1° Lekak patatekin*</p> <p>2° Indaba gorriak*</p> <p>Postrea Jogurta Ogia</p>
<p>6 Kcal 700 Glú 124 Líp 15 Pro 29</p> <p>1° Fideo zopa*</p> <p>2° Dilistak azenarioarekin</p> <p>Postrea Fruta Ogia</p>	<p>7 Kcal 690 Glú 78 Líp 31 Pro 27</p> <p>1° Kuia krema</p> <p>2° Arrautzak pistoarekin*</p> <p>Postrea Jogurta Ogia</p>	<p>8 Kcal 919 Glú 126 Líp 26 Pro 31</p> <p>1° Arroza barazki eta barrengorriekin</p> <p>2° Sojazko eltzaria*</p> <p>Postrea Fruta Ogia</p>	<p>9 Kcal 862 Glú 112 Líp 32 Pro 36</p> <p>1° Indaba zuriak kuiarekin</p> <p>2° Patata tortila uhazarekin</p> <p>Postrea Fruta Ogia</p>	<p>10 Kcal 801 Glú 103 Líp 24 Pro 40</p> <p>1° Patata gisatuak*</p> <p>2° Seitan piperrekin*</p> <p>Postrea Fruta Ogia</p>
<p>13 Kcal 806 Glú 92 Líp 43 Pro 20</p> <p>1° Lekak patatekin</p> <p>2° Ziazerba kroketak hiru urtaro entsaladarekin*</p> <p>Postrea Jogurta Ogia</p>	<p>14 Kcal 874 Glú 141 Líp 24 Pro 27</p> <p>1° Arroza barazkiekin*</p> <p>2° Sojazko hanburgesak barazkiekin*</p> <p>Postrea Fruta Ogia</p>	<p>15 Kcal 707 Glú 109 Líp 16 Pro 27</p> <p>1° Fideo zopa*</p> <p>2° Garbantzuak barazkiekin</p> <p>Postrea Fruta Ogia</p>	<p>16 Kcal 820 Glú 87 Líp 37 Pro 34</p> <p>1° Porrusaltsa krema</p> <p>2° Tofu ilar eta azenarioarekin*</p> <p>Postrea E. jogurta Ogia</p>	<p>17 Kcal 739 Glú 86 Líp 34 Pro 23</p> <p>1° Euri zopa*</p> <p>2° Patata tortila uhazarekin</p> <p>Postrea Fruta Ogia</p>
<p>20 Kcal 907 Glú 123 Líp 26 Pro 45</p> <p>1° Makarroiak tomatearekin*</p> <p>2° Seitan arto entsaladarekin*</p> <p>Postrea Fruta Ogia</p>	<p>21 Kcal 670 Glú 75 Líp 31 Pro 24</p> <p>1° Barazki menestra</p> <p>2° Arrautzak tomatearekin*</p> <p>Postrea Fruta Ogia</p>	<p>22 Kcal 778 Glú 105 Líp 28 Pro 29</p> <p>1° Kanpera entsalada*</p> <p>2° Indaba gorriak*</p> <p>Postrea Jogurta Ogia</p>	<p>23 Kcal 942 Glú 130 Líp 33 Pro 35</p> <p>1° Arroza barazkiekin*</p> <p>2° Tofu barrengorriekin*</p> <p>Postrea Fruta Ogia</p>	<p>24 Kcal 760 Glú 92 Líp 34 Pro 24</p> <p>1° Azenario krema</p> <p>2° Patata tortila uhazarekin*</p> <p>Postrea Fruta Ogia</p>
<p>27 Kcal 766 Glú 97 Líp 30 Pro 29</p> <p>1° Ilarrak*</p> <p>2° Sojazko hanburgesak tian barazkiekin*</p> <p>Postrea Fruta Ogia</p>	<p>28 Kcal 730 Glú 104 Líp 19 Pro 31</p> <p>1° Barrengorri krema*</p> <p>2° Garbantzuak arrozarekin</p> <p>Postrea Jogurta Ogia</p>	<p>29 Kcal 783 Glú 113 Líp 23 Pro 31</p> <p>1° Tailarinak tomatearekin</p> <p>2° Udaberri arrautzak*</p> <p>Postrea Fruta Ogia</p>	<p>30 Kcal 763 Glú 109 Líp 35 Pro 17</p> <p>1° Patata gisatuak*</p> <p>2° Ziazerba kroketak uhazarekin*</p> <p>Postrea Fruta Ogia</p>	<p>31 Kcal 893 Glú 112 Líp 34 Pro 41</p> <p>1° Dilistak azenarioarekin</p> <p>2° Patata tortila entsaladarekin</p> <p>Postrea Jogurta Ogia</p>