



# GOIENETXE

## MENÚ ENERO 2022

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>3</b> 950 Cal. PASTA CON TOMATE FILETE RUSO EN SALSAS YOGUR	<b>4</b> 445 Cal. PORRUSALDA MERLUZA AL HORNO FRUTA	<b>5</b> 850 Cal. ALUBIA PINTA LOMO FRESCO EMPANADO CON TOMATE FRESCO YOGUR	<b>6</b> <b>FIESTA</b>	<b>7</b> <b>FIESTA</b>
<b>10</b> 500 Cal. ACELGAS CON PATATAS TORTILLA DE CEBOLLA Y PIMIENTO VERDE YOGUR	<b>11</b> 780 Cal. ESPAGUETIS CON FRUTOS DE MAR MERLUZA EN SALSAS VERDE FRUTA	<b>12</b> 850 Cal. GARBANZOS CON ESPINACAS LOMO DE CERDO CON PIMIENTOS YOGUR	<b>13</b> 645 Cal. CREMA DE VERDURA LENGUA EN SALSAS FRUTA	<b>14</b> 1050 Cal. LASAÑA VEGETAL BACALAO CON TOMATE YOGUR
<b>17</b> 540 Cal. COLIFLOR CON PATATA TORTILLA DE CHAMPIS YOGUR	<b>18</b> 954 Cal. PAELLA VEGETAL BACALAO CON TOMATE FRUTA	<b>19</b> 950 Cal. LENTEJAS CON BORRAJA ALBÓNDIGAS EN SALSAS YOGUR	<b>20</b> <b>FIESTA</b>	<b>21</b> 980 Cal. ESPAGUETIS CON TOMATE POLLO ASADO CON CHIPS YOGUR
<b>24</b> 800 Cal. MACARRONES CON CHAMPIÑONES EMPANADILLAS CON ENSALADA YOGUR	<b>25</b> 665 Cal. GUISANTES CON JAMÓN LIMANDA REBOZADA CON MAHONESA FRUTA	<b>26</b> 720 Cal. PATATAS A LA RIOJANA TORTILLA DE CEBOLLA YOGUR	<b>27</b> 865 Cal. ALUBIA NEGRA Y BERZA RAGOUT DE CERDO FRUTA	<b>28</b> 565 Cal. ACELGAS CON PATATAS MERLUZA EN SALSAS VERDE YOGUR
<b>31</b> 560 Cal. MENESTRA DE VERDURAS HUEVOS FRITOS CON TOMATE YOGUR				



# GOIENETXE TURMIX

## MENÚ ENERO 2022

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>3</b> 612 Cal. P B (patata, puerro, zanahoria, cebolla) + CARNE DE TERNERA  YOGUR	<b>4</b> 477 Cal. P B (patata, puerro, zanahoria, cebolla) + PESCADO  FRUTA	<b>5</b> 650 Cal. P B + ALUBIA ROJA + LOMO  YOGUR	<b>6</b> <b>FIESTA</b>	<b>7</b> <b>FIESTA</b>
<b>10</b> 600 Cal. P B + ACELGAS + HUEVO  YOGUR	<b>11</b> 477 Cal. P B (patata, puerro, zanahoria, cebolla) + PESCADO  FRUTA	<b>12</b> 675 Cal. P B + GARBANZOS + LOMO  YOGUR	<b>13</b> 577 Cal. P B (patata, puerro, zanahoria, cebolla) + LENGUA  FRUTA	<b>14</b> 512 Cal. P B (patata, puerro, zanahoria, cebolla) + PESCADO  YOGUR
<b>17</b> 600 Cal. P B + COLIFLOR + HUEVO  YOGUR	<b>18</b> 477 Cal. P B (patata, puerro, zanahoria, cebolla) + PESCADO  FRUTA	<b>19</b> 700 Cal. P B + LENTEJAS + ALBONDIGAS  YOGUR	<b>20</b> <b>FIESTA</b>	<b>21</b> 562 Cal. P B (patata, puerro, zanahoria, cebolla) + POLLO  YOGUR
<b>24</b> 512 Cal. P B (patata, puerro, zanahoria, cebolla) + PESCADO  YOGUR	<b>25</b> 615 Cal. P B + GUISANTE + ALBONDIGAS  FRUTA	<b>26</b> 562 Cal. P B (patata, puerro, zanahoria, cebolla) + HUEVO  YOGUR	<b>27</b> 685 Cal. P B + ALUBIA ROJA + CARNE DE CERDO  FRUTA	<b>28</b> 550 Cal. P B + ACELGAS + PESCADO  YOGUR
<b>31</b> 600 Cal. P B + MENESTRA + HUEVO  YOGUR				

