



ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
<p>2 Kcal 671 HC 70 Lip 23 Prot 49</p> <p>Dilistak barazkiekin (kh) Izokina saltsa berdean (kh) Gazta txikia Lentejas con verduras (cm) Salmon en salsa verde (cm) Quesitos</p> <p>Entsalada - Hegazti - Fruta Ensalada - Ave - Fruta</p>	<p>3 Kcal 708 HC 76 Lip 31 Prot 35</p> <p>Bertako barazki-krema Behi-hanburgesa 100% jardinera erara (kh) Sasoiko fruta Crema de verduras locales Hamburguesa 100% vacuno a la jardinera (cm) Fruta de temporada</p> <p>Zopa - Arraina - Jogurta Sopa - Pescado - Yogur</p>	<p>4 Kcal 847 HC 114 Lip 33 Prot 28</p> <p>Makarroi integralak italiar erara (kh) Patata tortila labean entsaladarekin (kh) Sasoiko fruta Macarrones integrales italiana (cm) Tortilla de patata al horno con ensalada (cm) Fruta de temporada</p> <p>Barazki - Haragi - Jogurta Verdura - Carne - Yogur</p>	<p>5 Kcal 703 HC 105 Lip 15 Prot 39</p> <p>Indaba gorriak bertako barazkiekin Arrain freskoa menier erara Sasoiko fruta Alubias rojas con verduras locales Pescado fresco menier Fruta de temporada</p> <p>Krema - Arraultz - Esnekia Crema - Huevo - Lácteo</p>	<p>6</p> <p>JAIA</p> <p>FIESTA</p>
<p>9 Kcal 679 HC 95 Lip 21 Prot 30</p> <p>Porru eta ziazerba-krema Hegazti haragi bolak patata frijituekin (kh) Edateko jogurta Crema de puerros y espinacas Albondigas de ave con patatas fritas (cm) Yogur bebible</p> <p>Arroza - Arraina - Fruta Arroz - Pescado - Fruta</p>	<p>10 Kcal 865 HC 104 Lip 37 Prot 34</p> <p>Garbantu errengosiak Patata tortila labean entsaladarekin Sasoiko fruta Garbanzos estofados Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada</p> <p>Pasta - Hegazti - Jogurta Pasta - Ave - Yogur</p>	<p>11 Kcal 711 HC 72 Lip 29 Prot 43</p> <p>Hegazti-zopa fideoekin Txahal-xerra ogi birrineztatua entsaladarekin (kh) Sasoiko fruta Sopa de ave con fideos Filete de ternera empanado con ensalada (cm) Fruta de temporada</p> <p>Krema - Arraina - Jogurta Crema - Pescado - Yogur</p>	<p>12 Kcal 663 HC 75 Lip 23 Prot 36</p> <p>Lekak patatekin Legatza arrautzatzatua piper gorriekin Sasoiko fruta Vainas con patatas Merluza a la romana con pimientos rojos Fruta de temporada</p> <p>Barazki - Arraultz - Jogurta Verdura - Huevo - Yogur</p>	<p>13 Kcal 724 HC 138 Lip 5 Prot 31</p> <p>Dilistak barazkiekin (kh) Barazki-paella (kh) Sasoiko fruta Lentejas con verduras (cm) Paella vegetal (cm) Fruta de temporada</p> <p>Barazki - Haragi - Jogurta Verdura - Carne - Yogur</p>
<p>16 Kcal 860 HC 66 Lip 41 Prot 56</p> <p>Barazki-menestra Oilasko-izterra errea txanpiñoiekin Sasoiko fruta Menestra de verduras Muslo de pollo asado con champiñones Fruta de temporada</p> <p>Arroza - Arraina - Esnekia Arroz - Pescado - Lácteo</p>	<p>17 Kcal 921 HC 105 Lip 41 Prot 35</p> <p>Indaba zuriak barazkiekin Patata eta txorizo tortila labean entsaladarekin (kh) Sasoiko fruta Alubias blancas con verduras (cm) Tortilla de patata y chorizo al horno con ensalada (cm) Fruta de temporada</p> <p>Barazki - Arraina - Jogurta Verdura - Pescado - Yogur</p>	<p>18 Kcal 817 HC 114 Lip 24 Prot 41</p> <p>Makarroiak bolognesa (kh) Izokina marinela saltsan Sasoiko fruta Macarrones bolognesa (cm) Salmon en salsa marinera (cm) Fruta de temporada</p> <p>Krema - Haragi - Jogurta Crema - Carne - Yogur</p>	<p>19 Kcal 706 HC 65 Lip 29 Prot 46</p> <p>Barazki-krema lekaleekin (kh) Txahal-gisatua barazki-saltsan (kh) Esnea Crema de verduras y legumbre (cm) Guisado de ternera en salsa de verduras (cm) Leche</p> <p>Pasta - Arraultz - Fruta Pasta - Huevo - Fruta</p>	<p>20 Kcal 718 HC 98 Lip 31 Prot 15</p> <p>Porrusalda San jakoboa entsaladarekin Sasoiko fruta Purrusalda San jacoboa con ensalada Fruta de temporada</p> <p>Zopa - Haragi - Jogurta Sopa - Carne - Yogur</p>
<p>23 Kcal 834 HC 103 Lip 26 Prot 51</p> <p>Indaba gorriak barazkiekin (kh) Bakailaoa arrautzatzatua entsaladarekin (kh) Aihoria Alubias rojas con verduras (cm) Bacalao a la romana con ensalada (cm) Natillas</p> <p>Krema - Arraultz - Fruta Crema - Huevo - Fruta</p>	<p>24 Kcal 961 HC 77 Lip 48 Prot 60</p> <p>Patatak saltsa berdean (kh) Oilasko-izterra errea piper gorriekin Sasoiko fruta Patatas en salsa verde (cm) Muslo de pollo asado con pimientos rojos Fruta de temporada</p> <p>Barazki - Arraina - Esnekia Verdura - Pescado - Lácteo</p>	<p>25</p> <p>JAIA</p> <p>FIESTA</p>	<p>26</p> <p>JAIA</p> <p>FIESTA</p>	<p>27</p> <p>JAIA</p> <p>FIESTA</p>
<p>30</p> <p>JAIA</p> <p>FIESTA</p>	<p>31</p> <p>JAIA</p> <p>FIESTA</p>			

Gomendatutako afaria
Cena recomendada

Menu basalarekiko plater desberdina
Plato distinto al menú basal

Animalia proteina gabeko menua
Menú libre de proteína animal

Bertoko menua %100ean
Menú 100% local



Gure menu guztiak astero biltzen dituzte produktu ekologikoak, bidezko merkataritzakoak eta kalitate hobetua dutenak (Eusko label, etab.)

Todos nuestros menús incluyen semanalmente productos ecológicos, de comercio justo y con etiqueta de calidad mejorada (Eusko label, etc)

OHARRA: 12 urteko umeetan oinarritutako informazio nutrizionalaren kalkulua, menuan eskainitalo 40gr-ko ogia barne.

NOTA INFORMATIVA: Información nutricional calculada en base a niños de 12 años, incluyendo 40 g. de pan ofrecidos con el menú.

