

Astelehena - Lunes

Asteartea - Martes

Asteazkena - Miércoles

Osteguna - Jueves

Ostirala - Viernes

- 3** 740Kcal - Prot:44g - Lip:54g - HC:136g
- **Dilistak**  **barazkiekin** (1)
 - **Txekor albondigak barazki saltsan**   (1)
 - **Fruta** 
 - Lentejas con verduras
 - Albondigas de ternera en salsa de verduras
 - Fruta

- 4** 920Kcal - Prot:32g - Lip:69g - HC:150g
- **Barazki purea** 
 - **Ettxeko patata tortila**  **tomatearekin** (3)
 - **Arrautzekin eginiko ettxeko natilak** (3,7)
 - Puré de verduras
 - Tortilla de patata casera con tomate
 - Natillas caseras de huevo

- 5** 701Kcal - Prot:42g - Lip:63g - HC:110g
- **Denboraldiko barazkiak** 
 - **Arrain urdina**  **letxugarekin** (4)
 - **Fruta** 
 - Verduras de temporada
 - Pescado azul con lechuga
 - Fruta 

- 6** 919Kcal - Prot:22g - Lip:38g - HC:95g
- **Barazki paella integrala**  
 - **Ettxeko kroketa**  **piperrekin** (1,7,6,10)
 - **Jogurta**  (7)
 - Paella integral de verduras
 - Croquetas caseras con pimientos
 - Yogur

- 7** 738Kcal - Prot:48g - Lip:54g - HC:133g
- **Txitxirioak barazkiekin** 
 - **Legatza labeen letxugarekin**   (4)
 - **Fruta** 
 - Garbanzos con verduras
 - Merluza al horno con lechuga
 - Fruta 

- 10** 813Kcal - Prot:50g - Lip:59g - HC:146g
- **Dilistak barazkitxoekin**  (1)
 - **Txerri xolomoa**  **barazki guarnizioarekin**
 - **Edateko jogurta** (7)
 - Lentejas con verdura
 - Lomo de cerdo con guarnición de verduras
 - Yogur bebibile

- 11** 618Kcal - Prot:39g - Lip:45g - HC:125g
- **Barazki anitzeko purea** 
 - **Legatza**  **saltsa berdean arrautza egosiarekin** (1,3,4,10,14)
 - **Fruta** 
 - Puré de verduras variadas
 - Merluza en salsa verde con huevo cocido
 - Fruta

- 12** 1013Kcal - Prot:35g - Lip:73g - HC:153g
- **Denboraldiko barazkiak** 
 - **Barazki eta haragi lasaña**   (1,3,7,6,10)
 - **Ettxeko sagar gelatina**
 - Verduras de temporada
 - Lasaña de verduras y carne 
 - Gelatina casera de manzana

- 13** 813Kcal - Prot:53g - Lip:62g - HC:126g
- **Babarrunak**  **barazkiekin**
 - **Txekor eskaloepa**  **letxugarekin** (1,3)
 - **Fruta** 
 - Alubias con verduras
 - Escalope de ternera con lechuga
 - Fruta

- 14** 736Kcal - Prot:17g - Lip:49g - HC:159g
- **Barazki purea** 
 - **Barazki eta artatxiki pastela**  
 - **Ettxeko fruta konpota** 
 - Puré de verduras
 - Pastel de verduras y mijo
 - Compota casera de frutas 

- 17** 906Kcal - Prot:57g - Lip:57g - HC:160g
- **Pasta gazta eta arrautzarekin**  (1,7,3)
 - **Indioilar gisatua**  **barazki saltsan**
 - **Fruta** 
 - Pasta con queso y huevo
 - Estofado de pavo en salsa de verduras
 - Fruta

- 18** 679Kcal - Prot:48g - Lip:56g - HC:111g
- **Denboraldiko barazkia** 
 - **Oilasko izter errea**  **limoi saltsarekin**
 - **Fruta** 
 - Verdura de temporada
 - Muslo de pollo asado con salsa de limón
 - Fruta

- 19** 918Kcal - Prot:25g - Lip:29g - HC:113g
- **Txitxirioak barazkiekin** 
 - **Barazkiak arroza integralarekin** 
 - **Jogurta**  (7)
 - Garbanzos con verduras
 - Verduras con arroz integral
 - Yogur 

- 20** 978Kcal - Prot:44g - Lip:46g - HC:73g
- **Barazki purea** 
 - **Arrain urdina**  **letxugarekin** (4)
 - **Ettxeko arroz esnea** (7)
 - Puré de verduras
 - Pescado azul con lechuga
 - Arroz con leche casero

- 21** 855Kcal - Prot:41g - Lip:59g - HC:156g
- **Dilistak**  **barazkiekin** (1)
 - **Ettxeko patata tortila barazkiekin**   (3)
 - **Fruta** 
 - Lentejas con verduras
 - Tortilla de patata casera con guarnición de verduras
 - Fruta 

- 24** 615Kcal - Prot:34g - Lip:51g - HC:122g
- **Denboraldiko barazkiak** 
 - **Indioilar hanburesak**  **barazki guarnizioarekin**
 - **Fruta** 
 - Verduras de temporada
 - Hamburguesas de pavo con guarnición de verduras
 - Fruta

- 25** 928Kcal - Prot:31g - Lip:47g - HC:183g
- **Pasta tomatearekin**  (1)
 - **Bakailo tortila**  **letxugarekin** (3,4)
 - **Ettxeko fruta irabiatua**  (7)
 - Pasta con tomate
 - Tortilla de bacalao con ensalada
 - Batido de fruta casero

- 26** 776Kcal - Prot:47g - Lip:25g - HC:94g
- **Barazkiak arrozarekin** 
 - **Legatza labeen**  **barazki guarnizioarekin** (4)
 - **Sagar konpota** 
 - Verduras con arroz 
 - Merluza al horno con guarnición de verduras
 - Compota de manzana

- 27** 855Kcal - Prot:29g - Lip:36g - HC:98g
- **Eltzeko dilistak**  **barazkiekin** (1)
 - **Urdaiazpiko eta gazta**  **eskalopea entsaladarekin** (1,3,7)
 - **Fruta** 
 - Lentejas estofadas con verduras
 - Montaditos de jamon y queso con ensalada
 - Fruta

- 28**
- **JAI EGUNA**
 - FIESTA

 **Ekologikoa** · Ecológico

 **Zonaldekoka** · Producto local

 **Freskoa** · Fresco

 **Irin-osoko ogia** (1) · Pan integral

Ogi eskaintza egongo da eskuragai egunero (1)

Nuestros menús incluyen pan a diario

Zenbaki negritan: platerak dituen alergenokoak. / Negritan ez dagoen zenbakia: platerak izan ditzazkeen alergenoen trazak.

En número negrita: alérgenos que contiene el plato. / En número no negrita: trazas de alérgenos que puede contener el plato.

Alergenoen gida: 1-Glutena; 2-Krustazeoak; 3-Arrautza; 4-Arraina; 5-Kakahuetea; 6-Soja; 7- Esnekia; 8-Fruitu lehorra; 9-Apioa; 10-Ziapea; 11-Sesamoa; 12-Sulfitoak; 13-Altramuz; 14-Moluskua

Guía de los alérgenos: 1-Gluten; 2-Crustáceos; 3-Huevo; 4-Pescado; 5-Cacahuete; 6-Soja; 7-Lácteo; 8-Frutos secos; 9-Apio; 10-Mostaza; 11-Sésamo; 12-Sulfitos; 13-Altramuz; 14-Moluscos