

Astelehena - Lunes

Asteartea - Martes

Asteazkena - Miércoles

Osteguna - Jueves

Ostirala - Viernes

- 1** 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

- 2** 920Kcal - Prot:32g - Lip:69g - HC:150g
- **Barazki purea**
 - **Etxeko patata tortila tomatearekin** (3)
 - **Arrautzekin eginiko etxeko natilak** (3,7)
 - Puré de verduras
 - Tortilla de patata casera con tomate
 - Natillas caseras de huevo

- 3** 701Kcal - Prot:42g - Lip:63g - HC:110g
- **Denboraldiko barazkiak**
 - **Arrain urdina** **letxugarekin** (4)
 - **Fruta**
 - Verduras de temporada
 - Pescado azul con lechuga
 - Fruta

- 4** 919Kcal - Prot:22g - Lip:38g - HC:95g
- **Barazki paella integrala**
 - **Etxeko kroketak** **piperrekin** (1,7,6,10)
 - **Jogurta** (7)
 - Paella integral de verduras
 - Croquetas caseras con pimientos
 - Yogur

- 5** 738Kcal - Prot:48g - Lip:54g - HC:133g
- **Txitxirioak barazkiekin**
 - **Legatza labea letxugarekin** (4)
 - **Fruta**
 - Garbanzos con verduras
 - Merluza al horno con lechuga
 - Fruta

- 8**
- **JAI EGUNA**
 - FIESTA

- 9** 618Kcal - Prot:39g - Lip:45g - HC:125g
- **Barazki anitzeko purea**
 - **Legatza** **saltsa berdean arrautza egosiarekin** (1,3,4)
 - **Fruta**
 - Puré de verduras variadas
 - Merluza en salsa verde con huevo cocido
 - Fruta

- 10** 813Kcal - Prot:53g - Lip:62g - HC:126g
- **Babarrunak** **barazkiekin**
 - **Txekor eskaloa** **letxugarekin** (1,3)
 - **Fruta**
 - Alubias con verduras
 - Escalope de ternera con lechuga
 - Fruta

- 11** 1013Kcal - Prot:35g - Lip:73g - HC:153g
- **Denboraldiko barazkiak**
 - **Barazki eta haragi lasaña** (1,3,7,6,10)
 - **Etxeko sagar gelatina**
 - Verduras de temporada
 - Lasaña de verduras y carne
 - Gelatina casera de manzana

- 12** 736Kcal - Prot:17g - Lip:49g - HC:159g
- **Barazki purea**
 - **Barazki eta artatxiki pastela**
 - **Etxeko fruta konpota**
 - Puré de verduras
 - Pastel de verduras y mijo
 - Compota casera de frutas

- 15** 906Kcal - Prot:57g - Lip:57g - HC:160g
- **Pasta gazta eta arrautzarekin** (1,7,3,6,10)
 - **Indioilar gisatua** **barazki saltsan**
 - **Fruta**
 - Pasta con queso y huevo
 - Estofado de pavo en salsa de verduras
 - Fruta

- 16** 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

- 17** 918Kcal - Prot:25g - Lip:29g - HC:113g
- **Txitxirioak barazkiekin**
 - **Barazkiak arroza integralarekin**
 - **Jogurta** (7)
 - Garbanzos con verduras
 - Verduras con arroz integral
 - Yogur

- 18** 978Kcal - Prot:44g - Lip:46g - HC:73g
- **Barazki purea**
 - **Arrain urdina** **letxugarekin** (4)
 - **Etxeko arroz esnea** (7)
 - Puré de verduras
 - Pescado azul con lechuga
 - Arroz con leche casero

- 19** 855Kcal - Prot:41g - Lip:59g - HC:156g
- **Dilistak** **barazkiekin** (1)
 - **Etxeko patata tortila barazki guarnizioarekin** (3)
 - **Fruta**
 - Lentejas con verduras
 - Tortilla de patata casera con guarnición de verduras
 - Fruta

Ekologikoa • Ecológico

Zonaldekoa • Producto local

Freskoa • Fresco

Irin-osoko ogia (1) • Pan integral

Ogi eskaintza egongo da eskuragai egunero (1)

Nuestros menús incluyen pan a diario

OPORRAK
VACACIONES

Zenbaki negritan: platerak dituen alergenok. / 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-Altramuza; 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

Astelehena - Lunes

Asteartea - Martes

Asteazkena - Miércoles

Osteguna - Jueves

Ostirala - Viernes

- 1** 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

- 2** 920Kcal - Prot:32g - Lip:69g - HC:150g
- **Barazki purea**
 - **Etxeko patata tortila tomatearekin** (3)
 - **Sojazko jogurta** (6,8)
 - Puré de verduras
 - Tortilla de patata casera con tomate
 - Yogur de soja

- 3** 701Kcal - Prot:42g - Lip:63g - HC:110g
- **Denboraldiko barazkiak**
 - **Arrain urdina** **letxugarekin** (4)
 - **Fruta**
 - Verduras de temporada
 - Pescado azul con lechuga
 - Fruta

- 4** 919Kcal - Prot:22g - Lip:38g - HC:95g
- **Barazki paella integrala**
 - **Oilasko bularkia piperrekin**
 - **Sojazko jogurta** (6,8)
 - Paella integral de verduras
 - Pechuga de pollo con pimientos
 - Yogur de soja

- 5** 738Kcal - Prot:48g - Lip:54g - HC:133g
- **Txitxirioak barazkiekin**
 - **Legatza labea letxugarekin** (4)
 - **Fruta**
 - Garbanzos con verduras
 - Merluza al horno con lechuga
 - Fruta

- 8**
- **JAI EGUNA**
 - FIESTA

- 9** 618Kcal - Prot:39g - Lip:45g - HC:125g
- **Barazki anitzeko purea**
 - **Legatza** **saltsa berdean arrautza egosiarekin** (1,3,4)
 - **Fruta**
 - Puré de verduras variadas
 - Merluza en salsa verde con huevo cocido
 - Fruta

- 10** 813Kcal - Prot:53g - Lip:62g - HC:126g
- **Babarrunak** **barazkiekin**
 - **Txekor eskaloa** **letxugarekin** (1,3)
 - **Fruta**
 - Alubias con verduras
 - Escalope de ternera con lechuga
 - Fruta

- 11** 1013Kcal - Prot:35g - Lip:73g - HC:153g
- **Denboraldiko barazkiak**
 - **Makarroiak haragiarekin**
 - **Etxeko sagar gelatina**
 - Verduras de temporada
 - Macarrones con carne
 - Gelatina casera de manzana

- 12** 736Kcal - Prot:17g - Lip:49g - HC:159g
- **Barazki purea**
 - **Barazki eta artatxiki pastela**
 - **Etxeko fruta konpota**
 - Puré de verduras
 - Pastel de verduras y mijo
 - Compota casera de frutas

- 15** 906Kcal - Prot:57g - Lip:57g - HC:160g
- **Pasta arrautzarekin** (1,3,6,10)
 - **Indioilar gisatua** **barazki saltsan**
 - **Fruta**
 - Pasta con huevo
 - Estofado de pavo en salsa de verduras
 - Fruta

- 16** 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

- 17** 918Kcal - Prot:25g - Lip:29g - HC:113g
- **Txitxirioak barazkiekin**
 - **Barazkiak arroza integralarekin**
 - **Sojazko jogurta** (6,8)
 - Garbanzos con verduras
 - Verduras con arroz integral
 - Yogur de soja

- 18** 978Kcal - Prot:44g - Lip:46g - HC:73g
- **Barazki purea**
 - **Arrain urdina** **letxugarekin** (4)
 - **Sojazko jogurta** (6,8)
 - Puré de verduras
 - Pescado azul con lechuga
 - Yogur de soja

- 19** 855Kcal - Prot:41g - Lip:59g - HC:156g
- **Dilistak** **barazkiekin** (1)
 - **Etxeko patata tortila barazki guarnizioarekin** (3)
 - **Fruta**
 - Lentejas con verduras
 - Tortilla de patata casera con guarnición de verduras
 - Fruta

Ekologikoa • Ecológico

Zonaldekkoa • Producto local

Freskoa • Fresco

Irin-osoko ogia (1) • Pan integral

Ogi eskaintza egongo da eskuragai egunero (1)

Nuestros menús incluyen pan a diario

OPORRAK
VACACIONES

Zenbaki negritan: platerak dituen alergenok. / 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-Altramuza; 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

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) • Sojazko jogurta (6,8) • Puré de verduras • Tortilla de patata casera con tomate • Yogur de soja	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 • Oilasko bularkia piperrekin • Sojazko jogurta (6,8) • Paella integral de verduras • Pechuga de pollo con pimientos • Yogur de soja	7 738Kcal - Prot:48g - Lip:54g - HC:133g • Txitxirioak barazkiekin • Legatza labean 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 • Sojazko jogurta (6,8) • Lentejas con verdura • Lomo de cerdo con guarnición de verduras • Yogur de soja	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 • Makarroiak haragiarekin • Ettxeko sagar gelatina • Verduras de temporada • Macarrones con carne • Gelatina casera de manzana	13 813Kcal - Prot:53g - Lip:62g - HC:126g • Babarrunak barazkiekin • Txekor eskaloopa 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 arrautzarekin (1,3) • Indioilar gisatua barazki saltsan • Fruta • Pasta con 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 • Sojazko jogurta (6,8) • Garbanzos con verduras • Verduras con arroz integral • Yogur de soja	20 978Kcal - Prot:44g - Lip:46g - HC:73g • Barazki purea • Arrain urdina letxugarekin (4) • Sojazko jogurta (6,8) • Puré de verduras • Pescado azul con lechuga • Yogur de soja	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) • Sojazko jogurta (6,8) • Pasta con tomate • Tortilla de bacalao con ensalada • Yogur de soja	26 776Kcal - Prot:47g - Lip:25g - HC:94g • Barazkiak arrozarekin • Legatza labean 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) • Oilasko bularkia entsaladarekin • Fruta • Lentejas estofadas con verduras • Pechuga de pollo con ensalada • Fruta	28 • JAI EGUNA • FIESTA

Ekologikoa . Ecológico

Zonaldekkoa . 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 alergenok. / 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-Kakahueta; 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