

Astelehena - Lunes	Asteartea - Martes	Asteazkena - Miércoles	Osteguna - Jueves	Ostirala - Viernes
2 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	3 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	4 701Kcal - Prot:42g - Lip:63g - HC:110g • Denboraldiko barazkiak  • Arrain urdina  letxugarekin (4) • Fruta  • Verduras de temporada • Pescado azul con lechuga • Fruta 	5 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	6 738Kcal - Prot:48g - Lip:54g - HC:133g • Txitxirioak barazkiekin  • Legatza labea letxugarekin  (4) • Fruta  • Garbanzos con verduras • Merluza al horno con lechuga • Fruta 
9 813Kcal - Prot:50g - Lip:59g - HC:146g • Dilistak barazkitxoekin  (1) • Txerri xolomoa  barazki guarnizioarekin • Edateko jogurta (7) • Lentejas con verdura • Lomo de cerdo con guarnicion de verduras • Yogur bebible	10 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	11 1013Kcal - Prot:35g - Lip:73g - HC:153g • Denboraldiko barazkiak  • Barazki eta hegazti haragi lasañoa  (1,3,7,6,10) • Etxeko sagar gelatina • Verduras de temporada • Lasaña de verduras y carne de ave  • Gelatina casera de manzana	12 813Kcal - Prot:53g - Lip:62g - HC:126g • Babarrunak  barazkiekin • Txekor eskaloepa  letxugarekin (1,3) • Fruta  • Alubias con verduras • Escalope de ternera con lechuga • Fruta	13 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 
16 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	17 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	18 918Kcal - Prot:25g - Lip:29g - HC:113g • Txitxirioak barazkiekin  • Barazkiak arroza integralarekin  • Jogurta  (7) • Garbanzos con verduras • Verduras con arroz integral • Yogur 	19 JAI EGUNA FESTIVO	20 JAI EGUNA FESTIVO
23 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	24 928Kcal - Prot:31g - Lip:47g - HC:183g • Pasta tomatearekin  (1,6,10) • Bakailo tortila  letxugarekin (3,4) • Etxeko fruta irabiatua  (7) • Pasta con tomate • Tortilla de bacalao con ensalada • Batido de fruta casero	25 776Kcal - Prot:47g - Lip:25g - HC:94g • Barazkiak arrozarekin  Legatza labea  barazki guarnizioarekin • Sagar konpota  • Verduras con arroz  • Merluza al horno con guarnición de verduras • Compota de manzana	26 855Kcal - Prot:29g - Lip:36g - HC:98g • Eltzeko dilistak  barazkiekin (1) • Urdaiazpiko eta gazta  eskaloepa entsaladarekin (1,3,7) • Fruta  • Lentejas estofadas con verduras • Montaditos de jamon y queso con ensalada • Fruta	27 786Kcal - Prot:37g - Lip:31g - HC:91g • Barazki purea  • Oilasko bularkia barazki saltsan  • Etxeko bizkotxoa (1,3,7,6,10) • Puré de verduras • Pechuga de pollo en salsa de verduras • Bizcocho casero 
30 JAI EGUNA FESTIVO	31 JAI EGUNA FESTIVO			

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-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

 **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