

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 kroketa  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 lasaia  (1,3,7,6,10) • Etxeko sagar gelatina • Verduras de temporada • Lasaia 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	19 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) • Oilasko bularkia entsaladarekin • Fruta  • Lentejas estofadas con verduras • Pechuga de pollo 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			

 **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

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-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

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 labeen 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	19 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 labeen 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) • Oilasko bularkia entsaladarekin • Fruta • Lentejas estofadas con verduras • Pechuga de pollo 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			

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

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

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 kroketa  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 lasaia  (1,3,7,6,10) • Etxeko sagar gelatina • Verduras de temporada • Lasaia 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	19 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) • Oilasko bularkia entsaladarekin • Fruta  • Lentejas estofadas con verduras • Pechuga de pollo con ensalada • Fruta	27 786Kcal - Prot:37g - Lip:31g - HC:91g • Barazki purea  • Oilasko bularkia barazki saltsan  (1,3,7,6,10) • 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			

 **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

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-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

Astlehena - Lunes		Asteartea - Martes		Asteazkena - Miércoles		Osteguna - Jueves		Ostirala - Viernes	
2	740Kcal - Prot:44g - Lip:54g - HC:136g • Barazki purea • Txekor hanburgesa barazki saltsan • Fruta • Puré de verduras • Hamburguesa 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 • Glutenik gabeko kroketak piperrekin (7,12) • Jogurta (7) Paella integral de verduras • Croquetas caseras con pimientos • Yogur	6	738Kcal - Prot:48g - Lip:54g - HC:133g • Txitxirioak barazkiekin • Legatza labean letxugarekin (4) • Fruta • Garbanzos con verduras • Merluza al horno con lechuga • Fruta
9	813Kcal - Prot:50g - Lip:59g - HC:146g • Barazki purean • Txerri xolomoa barazki guarnizioarekin • Edateko jogurta (7) • Puré de verduras • Lomo de cerdo con guarnicion de verduras • Yogur bebible	10	618Kcal - Prot:39g - Lip:45g - HC:125g • Barazki anitzeko purea • Legatza labean arrautza egosiarekin (4) • Fruta • Puré de verduras variadas • Merluza al horno con huevo cocido • Fruta	11	1013Kcal - Prot:35g - Lip:73g - HC:153g • Denboraldiko barazkiak • Glutenik gabeko makarroiak haragiarekin • Etxeko sagar gelatina • Verduras de temporada • Macarrones sin gluten con carne • Gelatina casera de manzana	12	813Kcal - Prot:53g - Lip:62g - HC:126g • Babarrunak barazkiekin • Txekor xerra letxugarekin • Fruta • Alubias con verduras • Filete 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 • Gluten gabeko pasta gazta eta arrautzarekin • Indioilar gisatua barazki saltsan • Fruta • Pasta sin gluten 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 • FIESTA	20	 • JAI EGUNA • FIESTA
23	615Kcal - Prot:34g - Lip:51g - HC:122g • Denboraldiko barazkiak • Indioilar hanburgesak barazki guarnizioarekin • Fruta • Verduras de temporada • Hamburguesas de pavo con guarnición de verduras • Fruta	24	928Kcal - Prot:31g - Lip:47g - HC:183g • Glutenik gabeko pasta tomatearekin • Bakailo tortila letxugarekin (3,4) • Etxeko fruta irabiatua (7) • Pasta sin gluten con tomate • Tortilla de bacalao con ensalada • Batido de fruta casero	25	776Kcal - Prot:47g - Lip:25g - HC:94g • Barazkiak arrozarekin • Legatza labean 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 • Barazki purea • Glutenik gabeko kroketak entsaladarekin (7,12) • Fruta • Puré de verduras • Croquetas sin gluten con ensalada • Fruta	27	786Kcal - Prot:37g - Lip:31g - HC:91g • Barazki purea • Oilasko bularkia barazki saltsan • Glutenik gabeko bizkotxoa (3) • Puré de verduras • Pechuga de pollo en salsa de verduras • Bizcocho casero sin gluten
30	JAI EGUNA FESTIVO	31	JAI EGUNA FESTIVO						

 Ekologikoa • Ecológico

 Zonaldekoa • Producto local

 Freskoa • Fresco

Ekologikoa · Ecológico

Zonaldekoa · Producto local

Freskoa · Fresco

Gluten gabeko ogi eskaintza egongo da eskuragai egunero (3)
Nuestros menús incluyen pan sin gluten 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-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

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 kroketa   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 lasaña   (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		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) • Oilasko bularkia entsaladarekin • Fruta  • Lentejas estofadas con verduras • Pechuga de pollo 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							

 Ekologikoa • Ecológico

 Zonaldekkoa • Producto local

 Freskoa • Fresco

 **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

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-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

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 lasaña   (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) • Oilasko bularkia entsaladarekin • Fruta  • Lentejas estofadas con verduras • Pechuga de pollo 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							

 Ekologikoa • Ecológico
 Zonaldekkoa • Producto local
 Freskoa • Fresco

 **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

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

Astelehena - Lunes

- 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

- 9** 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 guarnicion de verduras
 - Yogur de soja

- 16** 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

- 23** 615Kcal - Prot:34g - Lip:51g - HC:122g
- Denboraldiko barazkiak 
 - Indioilar hanburgesak  barazki guarnizioarekin
 - Fruta 
 - Verduras de temporada
 - Hamburguesas de pavo con guarnición de verduras
 - Fruta

30

JAI EGUNA
FESTIVO

Asteartea - Martes

- 3** 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

- 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

- 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

- 24** 928Kcal - Prot:31g - Lip:47g - HC:183g
- Pasta tomatearekin  (1,6,10)
 - Bakailo tortila  letxugarekin (3,4)
 - Sojazko jogurta (6,8)
 - Pasta con tomate
 - Tortilla de bacalao con ensalada
 - Yogur de soja

31

JAI EGUNA
FESTIVO

Asteazkena - Miércoles

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

- 18** 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 

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

Osteguna - Jueves

- 5** 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

- 12** 813Kcal - Prot:53g - Lip:62g - HC:126g
- Babarrunak  barazkiekin
 - Txekor eskaloa  letxugarekin (1,3)
 - Fruta 
 - Alubias con verduras
 - Escalope de ternera con lechuga
 - Fruta

- JAI EGUNA
- FIESTA

- 26** 855Kcal - Prot:29g - Lip:36g - HC:98g
- Eltzeko dilistak  barazkiekin (1)
 - Frantziar tortila entsaladarekin (3)
 - Fruta 
 - Lentejas estofadas con verduras
 - Tortilla francesa con ensalada
 - Fruta

Ostirala - Viernes

- 6** 738Kcal - Prot:48g - Lip:54g - HC:133g
- Txitxirioak barazkiekin 
 - Legatza labean letxugarekin  (4)
 - Fruta 
 - Garbanzos con verduras
 - Merluza al horno con lechuga
 - Fruta 

- 13** 736Kcal - Prot:17g - Lip:49g - HC:159g
- Barazki purea 
 - Barazki eta artatziki pastela 
 - Etxeko fruta konpota 
 - Puré de verduras
 - Pastel de verduras y mijo
 - Compota casera de frutas 

- JAI EGUNA
- FIESTA

- 27** 786Kcal - Prot:37g - Lip:31g - HC:91g
- Barazki purea 
 - Oilasko bularkia barazki saltsan  (3)
 - Esneki gabeko etxeko bizkotxo (3)
 - Puré de verduras
 - Pechuga de pollo en salsa de verdura
 - Bizcocho casero sin lácteo 

 **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

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

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 kroketa 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 lasaño (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	19 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) • Oilasko bularkia entsaladarekin • Fruta • Lentejas estofadas con verduras • Pechuga de pollo 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			

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

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-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