

Astelehena - Lunes

Asteartea - Martes

Asteazkena - Miércoles

Osteguna - Jueves

Ostirala - Viernes

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-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

1

JAI EGUNA
FESTIVO

4 615Kcal - Prot:34g - Lip:51g - HC:122g

- **Denboraldiko barazkiak**
- **Indioilar hanburgesak** **barazki**
- **Fruta**
- Verduras de temporada
- Hamburguesas de pavo con guarnición de verduras
- Fruta

5 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

6 776Kcal - Prot:47g - Lip:25g - HC:94g

- **Barazkiak arrozarekin**
- **Legatza labean** **barazki**
- **Sagar konpota**
- Verduras con arroz
- Merluza al horno con guarnición de verduras
- Compota de manzana

7 855Kcal - Prot:29g - Lip:36g - HC:98g

- **Eltzeko dilistak** **barazkiekin** (1)
- **Urdaiazpiko eta gazta** **eskalopea** (1,3,7)
- **Fruta**
- Lentejas estofadas con verduras
- Montaditos de jamon y queso con ensalada
- Fruta

8 786Kcal - Prot:37g - Lip:31g - HC:91g

- **Barazki purea**
- **Oilasko bularkia barazki saltsan**
- **Etxeko bizkotxo** (1,3,7,6,10)
- Puré de verduras
- Pechuga de pollo en salsa de verduras
- Bizcocho casero

11 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

12 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

13 701Kcal - Prot:42g - Lip:63g - HC:110g

- **Denboraldiko barazkiak**
- **Arrain urdina** **letxugarekin** (4)
- **Fruta**
- Verduras de temporada
- Pescado azul con lechuga
- Fruta

14 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

15 738Kcal - Prot:48g - Lip:54g - HC:133g

- **Txixirioak barazkiekin**
- **Legatza labean letxugarekin** (4)
- **Fruta**
- Garbanzos con verduras
- Merluza al horno con lechuga
- Fruta

18 813Kcal - Prot:50g - Lip:59g - HC:146g

- **Dilistak barazkitxoekin** (1)
- **Txerri xolomoa** **barazki**
- **Edateko jogurta** (7)
- Lentejas con verdura
- Lomo de cerdo con guarnición de verduras
- Yogur bebible

19 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

20 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

21 813Kcal - Prot:53g - Lip:62g - HC:126g

- **Babarrunak** **barazkiekin**
- **Txekor eskalopea** **letxugarekin** (1,3)
- **Fruta**
- Alubias con verduras
- Escalope de ternera con lechuga
- Fruta

22 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

25 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

26 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

27 918Kcal - Prot:25g - Lip:29g - HC:113g

- **Txixirioak barazkiekin**
- **Barazkiak arroza integralarekin**
- **Jogurta** (7)
- Garbanzos con verduras
- Verduras con arroz integral
- Yogur

28 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

29 786Kcal - Prot:37g - Lip:31g - HC:91g

- **Barazki purea**
- **Oilasko bularkia barazki saltsan**
- **Etxeko bizkotxo** (1,3,7,6,10)
- Puré de verduras
- Pechuga de pollo en salsa de verduras
- Bizcocho casero