

Astelehena - Lunes

Asteartea - Martes

Asteazkena - Miércoles

Osteguna - Jueves

Ostirala - Viernes

7 844,1 Kcal - Prot:26,2g - Lip:23,7g - HC:126,2g

- **Dilistak barazkiekin (1)**
- **Barazki paella integrala**
- Fruta
- Lentejas con verduras
- Paella integral de verduras
- Fruta

8 738,8 Kcal - Prot:22,3g - Lip:41,7g - HC:62,1g

- **Barazki purea**
- **Etxeko patata tortila entsaladarekin (3)**
- Fruta
- Puré de verduras
- Tortilla de patata casera con ensalada de tomate
- Fruta

9 900,4 Kcal - Prot:43,2g - Lip:39,9g - HC:60,1g

- **Denboraldiko barazkiak**
- **Arrain urdina letxugarekin (4)**
- Etxeko esne-postrea (3,7)
- Verduras de temporada
- Pescado azul con lechuga
- Postre lácteo casero

10 800,5 Kcal - Prot:36g - Lip:31,1g - HC:96,5g

- **Bihi osoko pasta gazta eta tomatearekin**
- **Txekor albondigak barazki saltsan (1)**
- Fruta
- Pasta integral con queso y tomate
- Albondigas de ternera en salsa de verduras
- Fruta

11 794,7Kcal - Prot:39,9g - Lip:28,5g - HC:76,6g

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

14 686,3Kcal - Prot:27,2g - Lip:30,9g - HC:56,9g

- **Denboraldiko barazkiak**
- **Txerri xolomoa letxugarekin**
- Fruta
- Verduras de temporada
- Lomo de cerdo con lechuga
- Fruta

15 602Kcal - Prot:35,4g - Lip:23,9g - HC:63,3g

- **Barazki anitzeko purea**
- **Legatza saltsa berdean arrautza egosiarekin (1,3,4)**
- Fruta
- Puré de verduras variadas
- Merluza en salsa verde con huevo cocido
- Fruta

16 811,1Kcal - Prot:41g - Lip:17,6g - HC:133,6g

- **Dilistak barazkitxoekin (1)**
- **Bihi osoko arroza tomate saltsarekin**
- Jogurt naturala (7)
- Lentejas con verdura
- Arroz integral con salsa de tomate
- Yogur natural

17 813Kcal - Prot:53g - Lip:62g - HC:126g

- **Babarrunak barazkiekin**
- **Bakailo tortila letxugarekin (3,4)**
- Fruta
- Alubias con verduras
- Tortilla de bacalao con ensalada
- Fruta

18 920,3Kcal - Prot:30g - Lip:41,4g - HC:110,2g

- **Barazki purea**
- **Barazki eta hegazti haragi lasaña (1,3,7,6,10)**
- Etxeko fruta konpota
- Puré de verduras
- Lasaña de verduras y carne de ave
- Compota casera de frutas

21 940,1Kcal - Prot:51,6g - Lip:30,6g - HC:96,9g

- **Bihi osoko pasta gazta eta arrautzarekin (1,7,3,6,10)**
- **Txekor hanburgesa letxugarekin**
- Fruta
- Pasta integral con queso y huevo
- Hamburguesa de ternera con lechuga
- Fruta

22 723,1Kcal - Prot:40,5g - Lip:30,5g - HC:62,95g

- **Denboraldiko barazkiak**
- **Oilasko izterra barazki saltsan**
- Jogurt naturala (7)
- Verduras de temporada
- Muslo de pollo en salsa de verduras
- Yogur natural

23 863Kcal - Prot:24,5g - Lip:27,1g - HC:123,1g

- **Txitxirioak barazkiekin**
- **Barazkiak arroza integralarekin**
- Fruta
- Garbanzos con verduras
- Verduras con arroz integral
- Fruta

24 784,3Kcal - Prot:37,6g - Lip:37,8g - HC:55,4g

- **Barazki purea**
- **Arrain urdina letxugarekin (4)**
- Fruta
- Puré de verduras
- Pescado azul con lechuga
- Fruta

25 881,6Kcal - Prot:36,3g - Lip:42,5g - HC:81,8g

- **Dilistak barazkiekin (1)**
- **Etxeko patata tortila tomate entsaladarekin (3)**
- Fruta
- Lentejas con verduras
- Tortilla de patata casera con ensalada de tomate
- Fruta

28 638,7Kcal - Prot:42,6g - Lip:26g - HC:52,2g

- **Barazki purea**
- **Txekor hanburgesak barazki guarnizioarekin**
- Fruta
- Puré de verduras
- Hamburguesas de ternera con guarnición de verduras
- Fruta

29 730Kcal - Prot:26,9g - Lip:27,4g - HC:87,4g

- **Bihi osoko pasta tomatearekin (1,6,10)**
- **Bakailo tortila letxugarekin (3,4)**
- Fruta
- Pasta integral con tomate
- Tortilla de bacalao con lechuga
- Fruta

30 855Kcal - Prot:32g - Lip:34,6g - HC:108,6g

- **Bihi osoko arroza barazkiekin**
- **Legatza labean tomate entsaladarekin (4)**
- Etxeko sagar-zuku jelatina
- Arroz integral con verduras
- Merluza al horno con ensalada de tomate
- Gelatina casera de manzana

 Ekologikoa · Ecológico

 Zonaldekoa · Producto local

 Freskoa · Fresco

 Irin-osoko ogia · Pan integral

 Animalia-proteina gabeko eguna · Día sin proteína animal

 Jatorri euskalduna duten platerak · Platos de origen vasco

Ogi eskaintza egongo da eskuragai egunero
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