

# URTARRILA - ENERO

## UDARREGI IKASTOLA

### ESNEKI GABEA - SIN LÁCTEO



Astelehena / Lunes	Asteartea / Martes	Asteazkena / Miércoles	Osteguna / Jueves	Ostirala / Viernes
<b>8</b> Kal 844 · P 28 · HK 123 · Lip 24 <ul style="list-style-type: none"> <li>Dilistak  barazkiekin</li> <li>Lentejas con verduras</li> <li>Barazki paella integrala </li> <li>Paella integral de verduras</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<b>9</b> Kal 877 · P 30 · HK 95 · Lip 44 <ul style="list-style-type: none"> <li>Barazki purea </li> <li>Puré de verduras</li> <li>Etxeko patata tortila  tomatearekin </li> <li>Tortilla de patata casera con tomate</li> <li>Sojazko postrea </li> <li>Postre de soja</li> </ul>	<b>10</b> Kal 848 · P 47 · HK 65 · Lip 41 <ul style="list-style-type: none"> <li>Txitxirioak  barazkiekin</li> <li>Garbanzos con verduras</li> <li>Arrai urdina  </li> <li>Pescado azul</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<b>11</b> Kal 613 · P 19 · HK 67 · Lip 32 <ul style="list-style-type: none"> <li>Denboraldiko barazkiak </li> <li>Verduras de temporada</li> <li>Bakailao mokadutxoak</li> <li>Bocaditos de bacalao</li> <li>Jogurta </li> <li>Yogur</li> </ul>	<b>12</b> Kal 858 · P 40 · HK 87 · Lip 36 <ul style="list-style-type: none"> <li>Pasta arrautzarekin </li> <li>Pasta con huevo</li> <li>Esnekirik gabeko txekor albondigak barazki saltsan  </li> <li>Albóndigas de ternera sin lácteo en salsa de verduras</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>
<b>15</b> Kal 680 · P 29 · HK 62 · Lip 36 <ul style="list-style-type: none"> <li>Barazki anitzeko purea </li> <li>Puré de verduras variadas</li> <li>Txerri xolomoa  barazki guarnizioarekin</li> <li>Lomo de cerdo con guarnición de verduras</li> <li>Sojazko postrea </li> <li>Postre de soja</li> </ul>	<b>16</b> Kal 678 · P 43 · HK 66 · Lip 24 <ul style="list-style-type: none"> <li>Dilistak barazkitxoekin </li> <li>Lentejas con verdura </li> <li>Legatza labean  </li> <li>Merluza al horno</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<b>17</b> Kal 906 · P 29 · HK 110 · Lip 40 <ul style="list-style-type: none"> <li>Denboraldiko barazkiak </li> <li>Verduras de temporada</li> <li>Artatxiki pastela  </li> <li>Pastel de mijo</li> <li>Etxeko sagar gelatina </li> <li>Gelatina casera de manzana </li> </ul>	<b>18</b> Kal 617 · P 41 · HK 50 · Lip 25 <ul style="list-style-type: none"> <li>Barazki purea </li> <li>Puré de verduras</li> <li>Txekor eskalopea  letxugarekin </li> <li>Escalope de ternera con lechuga</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<b>19</b> Kal 745 · P 25 · HK 111 · Lip 23 <ul style="list-style-type: none"> <li>Babarrunak  barazkiekin</li> <li>Alubias con verduras</li> <li>Barazki eta artatxiki pastela  </li> <li>Pastel de verduras y mijo</li> <li>Etxeko fruta konpota </li> <li>Compota casera de frutas</li> </ul>
<b>22</b> Kal 937 · P 55 · HK 99 · Lip 33 <ul style="list-style-type: none"> <li>Pasta arrautzarekin </li> <li>Pasta con huevo</li> <li>Indioilar gisatua  barazki saltsan </li> <li>Estofado de pavo en salsa de verduras</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<b>23</b> Kal 623 · P 35 · HK 52 · Lip 28 <ul style="list-style-type: none"> <li>Denboraldiko barazkia </li> <li>Verdura de temporada</li> <li>Oilasko izter erreña  limoi saltsarekin </li> <li>Muslo de pollo asado con salsa de limón</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<b>24</b> Kal 878 · P 29 · HK 128 · Lip 29 <ul style="list-style-type: none"> <li>Txitxirioak  barazkiekin</li> <li>Garbanzos con verduras</li> <li>Barazkiak arroza integralarekin  </li> <li>Verduras con arroz integral</li> <li>Sojazko postrea </li> <li>Postre de soja </li> </ul>	<b>25</b> Kal 864 · P 43 · HK 82 · Lip 42 <ul style="list-style-type: none"> <li>Barazki purea </li> <li>Puré de verduras</li> <li>Arrai urdina  </li> <li>Pescado azul</li> <li>Sojazko postrea </li> <li>Postre de soja</li> </ul>	<b>26</b> Kal 786 · P 36 · HK 81 · Lip 33 <ul style="list-style-type: none"> <li>Dilistak  barazkiekin</li> <li>Lentejas con verduras</li> <li>Etxeko patata tortila  </li> <li>Tortilla de patata casera</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>
<b>29</b> Kal 720 · P 45 · HK 58 · Lip 29 <ul style="list-style-type: none"> <li>Denboraldiko barazkiak </li> <li>Verduras de temporada</li> <li>Txekor hanburguesak  barazki guarnizioarekin </li> <li>Hamburguesas de ternera con guarnición de verduras</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<b>30</b> Kal 915 · P 33 · HK 132 · Lip 30 <ul style="list-style-type: none"> <li>Eltzeko dilistak  barazkiekin</li> <li>Lentejas estofadas con verduras</li> <li>Barazki eta artatxiki pastela  </li> <li>Pastel de verduras y mijo</li> <li>Sojazko postrea </li> <li>Postre de soja</li> </ul>	<b>31</b> Kal 774 · P 32 · HK 107 · Lip 25 <ul style="list-style-type: none"> <li>Barazkiak arrozarekin </li> <li>Verduras con arroz </li> <li>Legatza labean  </li> <li>Merluza al horno</li> <li>Sagar konpota </li> <li>Compota de manzana </li> </ul>		

Ekologikoa · Ecológico

Lekale eta zereal guztiak ekologikoak dira. Todas las legumbres y cereales son ecológicas

Zonaldeko · Producto local

Fresko · Fresco

Irin-osoko ogia . Pan integral

Ogi eskaintza egongo da eskuragi egunero  
Nuestros menús incluyen pan a diario



# URTARRILA - ENERO

## UDARREGI IKASTOLA

### FRUITU LEHOR GABEA - SIN FRUTOS SECOS



Astelehena / Lunes	Asteartea / Martes	Asteazkena / Miércoles	Osteguna / Jueves	Ostirala / Viernes
<b>8</b> Kal 844 · P 28 · HK 123 · Lip 24 <ul style="list-style-type: none"> <li>Dilistak  barazkiekin</li> <li>Lentejas con verduras</li> <li>Barazki paella integrala </li> <li>Paella integral de verduras</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<b>9</b> Kal 877 · P 30 · HK 95 · Lip 44 <ul style="list-style-type: none"> <li>Barazki purea </li> <li>Puré de verduras</li> <li>Etxeko patata tortila  tomatearekin </li> <li>Tortilla de patata casera con tomate</li> <li>Arrautzakin eginiko etxeko natilak</li> <li>Natillas caseras de huevo</li> </ul>	<b>10</b> Kal 848 · P 47 · HK 65 · Lip 41 <ul style="list-style-type: none"> <li>Txitxirioak  barazkiekin</li> <li>Garbanzos con verduras</li> <li>Arrai urdina  </li> <li>Pescado azul</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<b>11</b> Kal 613 · P 19 · HK 67 · Lip 32 <ul style="list-style-type: none"> <li>Denboraldiko barazkiak </li> <li>Verduras de temporada</li> <li>Etxeko kroketak  </li> <li>Croquetas caseras</li> <li>Jogurta </li> <li>Yogur</li> </ul>	<b>12</b> Kal 858 · P 40 · HK 87 · Lip 36 <ul style="list-style-type: none"> <li>Pasta gazta eta arrautzarekin </li> <li>Pasta con queso y huevo</li> <li>Txekor albondigak  barazki saltsan </li> <li>Albondigas de ternera en salsa de verduras</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>
<b>15</b> Kal 680 · P 29 · HK 62 · Lip 36 <ul style="list-style-type: none"> <li>Barazki anitzeko purea </li> <li>Puré de verduras variadas</li> <li>Txerri xolomoa  barazki guarnizioarekin</li> <li>Lomo de cerdo con guarnición de verduras</li> <li>Edateko jogurta</li> <li>Yogur bebible</li> </ul>	<b>16</b> Kal 678 · P 43 · HK 66 · Lip 24 <ul style="list-style-type: none"> <li>Dilistak barazkitxoekin </li> <li>Lentejas con verdura </li> <li>Legatza labean  </li> <li>Merluza al horno</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<b>17</b> Kal 906 · P 29 · HK 110 · Lip 40 <ul style="list-style-type: none"> <li>Denboraldiko barazkiak </li> <li>Verduras de temporada</li> <li>Barazki eta haragi lasaña  </li> <li>Lasaña de verduras y carne</li> <li>Etxeko sagar gelatina</li> <li>Gelatina casera de manzana </li> </ul>	<b>18</b> Kal 617 · P 41 · HK 50 · Lip 25 <ul style="list-style-type: none"> <li>Barazki purea </li> <li>Puré de verduras</li> <li>Txekor eskalopea  letxugarekin</li> <li>Escalope de ternera con lechuga</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<b>19</b> Kal 745 · P 25 · HK 111 · Lip 23 <ul style="list-style-type: none"> <li>Babarrunak  barazkiekin</li> <li>Alubias con verduras</li> <li>Barazki eta artatxiki pastela </li> <li>Pastel de verduras y mijo</li> <li>Etxeko fruta konpota </li> <li>Compota casera de frutas</li> </ul>
<b>22</b> Kal 937 · P 55 · HK 99 · Lip 33 <ul style="list-style-type: none"> <li>Pasta gazta eta arrautzarekin </li> <li>Pasta con queso y huevo</li> <li>Indioilar gisatua  barazki saltsan</li> <li>Estofado de pavo en salsa de verduras</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<b>23</b> Kal 623 · P 35 · HK 52 · Lip 28 <ul style="list-style-type: none"> <li>Denboraldiko barazkia </li> <li>Verdura de temporada</li> <li>Oilasko izter erreja  limoi saltsarekin</li> <li>Muslo de pollo asado con salsa de limón</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<b>24</b> Kal 878 · P 29 · HK 128 · Lip 29 <ul style="list-style-type: none"> <li>Txitxirioak  barazkiekin</li> <li>Garbanzos con verduras</li> <li>Barazkiak arroza integralarekin</li> <li>Verduras con arroz integral</li> <li>Jogurta </li> <li>Yogur </li> </ul>	<b>25</b> Kal 864 · P 43 · HK 82 · Lip 42 <ul style="list-style-type: none"> <li>Barazki purea </li> <li>Puré de verduras</li> <li>Arrai urdina  </li> <li>Pescado azul</li> <li>Etxeko arroz esnea</li> <li>Arroz con leche casero</li> </ul>	<b>26</b> Kal 786 · P 36 · HK 81 · Lip 33 <ul style="list-style-type: none"> <li>Dilistak  barazkiekin</li> <li>Lentejas con verduras</li> <li>Etxeko patata tortila  </li> <li>Tortilla de patata casera</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>
<b>29</b> Kal 720 · P 45 · HK 58 · Lip 29 <ul style="list-style-type: none"> <li>Denboraldiko barazkiak </li> <li>Verduras de temporada</li> <li>Indioilar hanburguesak  barazki guarnizioarekin</li> <li>Hamburguesas de pavo con guarnición de verduras</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<b>30</b> Kal 915 · P 33 · HK 132 · Lip 30 <ul style="list-style-type: none"> <li>Eltzeko dilistak  barazkiekin</li> <li>Lentejas estofadas con verduras</li> <li>Barazki eta artatxiki pastela </li> <li>Pastel de verduras y mijo</li> <li>Etxeko fruta irabiatua </li> <li>Batido de fruta casero</li> </ul>	<b>31</b> Kal 774 · P 32 · HK 107 · Lip 25 <ul style="list-style-type: none"> <li>Barazkiak arrozarekin </li> <li>Verduras con arroz </li> <li>Legatza labean  </li> <li>Merluza al horno</li> <li>Sagar konpota </li> <li>Compota de manzana </li> </ul>		

Ekologikoa · Ecológico

Lekale eta zereal guztiak ekologikoak dira. Todas las legumbres y cereales son ecológicas

Zonaldeko · Producto local

Fresko · Fresco

Irin-osoko ogia . Pan integral

Ogi eskaintza egongo da eskuragi egunero  
Nuestros menús incluyen pan a diario



# URTARRILA - ENERO

## UDARREGI IKASTOLA

### GLUTEN GABEA - SIN GLUTEN



Astelehena / Lunes	Asteartea / Martes	Asteazkena / Miércoles	Osteguna / Jueves	Ostirala / Viernes
<b>8</b> Kal 844 · P 28 · HK 123 · Lip 24 · Dilistak  barazkiekin · Lentejas con verduras  · Barazki paella integrala  · Paella integral de verduras  · Fruta  · Fruta	<b>9</b> Kal 877 · P 30 · HK 95 · Lip 44 · Barazki purea  · Pure de verduras · Etxeko patata tortila  tomatearekin · Tortilla de patata casera con tomate · Arrautzakin eginiko etxeko natilak · Natillas caseras de huevo	<b>10</b> Kal 848 · P 47 · HK 65 · Lip 41 · Txitxirioak  barazkiekin · Garbanzos con verduras  · Arrai urdina  · Pescado azul  · Fruta  · Fruta	<b>11</b> Kal 613 · P 19 · HK 67 · Lip 32 · Denboraldiko barazkiak  · Verduras de temporada  · Gluten gabeko kroketak · Croquetas sin gluten  · Jogurta · Yogur	<b>12</b> Kal 858 · P 40 · HK 87 · Lip 36 · Gluten gabeko pasta  gazta eta arrautzarekin  · Pasta sin gluten con queso y huevo · Gluten gabeko zekor albondigak  · Albóndigas de ternera sin gluten en salsa de verduras  · Fruta  · Fruta
<b>15</b> Kal 680 · P 29 · HK 62 · Lip 36 · Barazki anitzeko purea  · Pure de verduras variadas  · Txerri xolomoa  barazki guarnizionarekin · Lomo de cerdo con guarnición de verduras  · Edateko jogurta · Yogur bebible	<b>16</b> Kal 678 · P 43 · HK 66 · Lip 24 · Dilistak barazkitxoekin  · Lentejas con verdura  · Legatza labean  · Merluza al horno  · Fruta  · Fruta	<b>17</b> Kal 906 · P 29 · HK 110 · Lip 40 · Denboraldiko barazkiak  · Verduras de temporada · Gluten gabeko barazki eta haragi lasaña   · Lasaña sin gluten de verduras y carne · Etxeko sagar gelatina · Gelatina casera de manzana	<b>18</b> Kal 617 · P 41 · HK 50 · Lip 25 · Gluten gabeko pasta  txorizoarekin · Pasta sin gluten con chorizo · Txekor xerra  letxugarekin · Filete de ternera con lechuga  · Fruta  · Fruta	<b>19</b> Kal 745 · P 25 · HK 111 · Lip 23 · Babarrunak  barazkiekin · Alubias con verduras · Gluten gabeko  barazki eta mijo  pastela · Pastel sin gluten de verduras y mijo · Etxeko fruta konpota  · Compota casera de frutas
<b>22</b> Kal 937 · P 55 · HK 99 · Lip 33 · Gluten gabeko pasta  gazta eta arrautzarekin  · Pasta sin gluten con queso y huevo · Indioilar gisatua  barazki saltsan · Estofado de pavo en salsa de verduras · Fruta  · Fruta	<b>23</b> Kal 623 · P 35 · HK 52 · Lip 28 · Denboraldiko barazkiak  · Verdura de temporada  · Oilasko izter erreaa  limoi saltsarekin · Muslo de pollo asado con salsa de limón  · Fruta  · Fruta	<b>24</b> Kal 878 · P 29 · HK 128 · Lip 29 · Txitxirioak  barazkiekin · Garbanzos con verduras · Barazkiak arroza integralarekin  · Verduras con arroz integral · Jogurta  · Yogur	<b>25</b> Kal 864 · P 43 · HK 82 · Lip 42 · Barazki purea  · Pure de verduras  · Arrai urdina  · Pescado azul  · Etxeko arroz esnea · Arroz con leche casero	<b>26</b> Kal 786 · P 36 · HK 81 · Lip 33 · Dilistak  barazkiekin · Lentejas con verduras  · Etxeko patata tortila  · Tortilla de patata casera  · Fruta  · Fruta
<b>29</b> Kal 720 · P 45 · HK 58 · Lip 29 · Denboraldiko barazkiak  · Verduras de temporada · Gluten gabeko txekor hanburguesak barazki guarnizionarekin · Hamburguesas de  ternera sin gluten con guarnición de verduras · Fruta  · Fruta	<b>30</b> Kal 915 · P 33 · HK 132 · Lip 30 · Eltzeko dilistak  barazkiekin · Lentejas estofadas con verduras · Gluten gabeko  barazki eta mijo  pastela · Pastel sin gluten de verduras y mijo · Etxeko fruta irabiatua  · Batido de fruta casero	<b>31</b> Kal 774 · P 32 · HK 107 · Lip 25 · Barazkiak arrozarekin   · Verduras con arroz  · Legatza labean  · Merluza al horno  · Sagar konpota  · Compota de manzana		

 Ekologikoa · Ecológico

Lekale eta zereal guztia ekologikoa dira. Todas las legumbres y cereales son ecológicas

 Zonaldekoa · Producto local

 Freskoa · Fresco

Ogi eskaintza egongo da eskuragai egunero  
Nuestros menús incluyen pan a diario



# URTARRILA - ENERO

## UDARREGI IKASTOLA

### INTXAUR GABEA - SIN NUEZ



Astelehena / Lunes	Asteartea / Martes	Asteazkena / Miércoles	Osteguna / Jueves	Ostirala / Viernes
<b>8</b> Kal 844 · P 28 · HK 123 · Lip 24 <ul style="list-style-type: none"> <li>Dilistak  barazkiekin</li> <li>Lentejas con verduras</li> <li>Barazki paella integrala </li> <li>Paella integral de verduras</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<b>9</b> Kal 877 · P 30 · HK 95 · Lip 44 <ul style="list-style-type: none"> <li>Barazki purea </li> <li>Puré de verduras</li> <li>Etxeko patata tortila  tomatearekin </li> <li>Tortilla de patata casera con tomate</li> <li>Arrautzeken eginiko etxeko natilak</li> <li>Natillas caseras de huevo</li> </ul>	<b>10</b> Kal 848 · P 47 · HK 65 · Lip 41 <ul style="list-style-type: none"> <li>Txitxirioak  barazkiekin</li> <li>Garbanzos con verduras</li> <li>Arrai urdina </li> <li>Pescado azul</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<b>11</b> Kal 613 · P 19 · HK 67 · Lip 32 <ul style="list-style-type: none"> <li>Denboraldiko barazkiak </li> <li>Verduras de temporada</li> <li>Etxeko kroketak </li> <li>Croquetas caseras</li> <li>Jogurta </li> <li>Yogur</li> </ul>	<b>12</b> Kal 858 · P 40 · HK 87 · Lip 36 <ul style="list-style-type: none"> <li>Pasta gazta eta arrautzarekin </li> <li>Pasta con queso y huevo</li> <li>Txekor albondigak  barazki saltsan </li> <li>Albondigas de ternera en salsa de verduras</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>
<b>15</b> Kal 680 · P 29 · HK 62 · Lip 36 <ul style="list-style-type: none"> <li>Barazki anitzeko purea </li> <li>Puré de verduras variadas</li> <li>Txerri xolomoa  barazki guarnizioarekin</li> <li>Lomo de cerdo con guarnición de verduras</li> <li>Edateko jogurta</li> <li>Yogur bebible</li> </ul>	<b>16</b> Kal 678 · P 43 · HK 66 · Lip 24 <ul style="list-style-type: none"> <li>Dilistak barazkitxoekin </li> <li>Lentejas con verdura </li> <li>Legatza labean </li> <li>Merluza al horno</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<b>17</b> Kal 906 · P 29 · HK 110 · Lip 40 <ul style="list-style-type: none"> <li>Denboraldiko barazkiak </li> <li>Verduras de temporada</li> <li>Barazki eta haragi lasaña </li> <li>Lasaña de verduras y carne</li> <li>Etxeko sagar gelatina</li> <li>Gelatina casera de manzana </li> </ul>	<b>18</b> Kal 617 · P 41 · HK 50 · Lip 25 <ul style="list-style-type: none"> <li>Barazki purea </li> <li>Puré de verduras</li> <li>Txekor eskalopea  letxugarekin</li> <li>Escalope de ternera con lechuga</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<b>19</b> Kal 745 · P 25 · HK 111 · Lip 23 <ul style="list-style-type: none"> <li>Babarrunak  barazkiekin</li> <li>Alubias con verduras</li> <li>Barazki eta artatxiki pastela </li> <li>Pastel de verduras y mijo</li> <li>Etxeko fruta konpota </li> <li>Compota casera de frutas</li> </ul>
<b>22</b> Kal 937 · P 55 · HK 99 · Lip 33 <ul style="list-style-type: none"> <li>Pasta gazta eta arrautzarekin </li> <li>Pasta con queso y huevo</li> <li>Indioilar gisatua  barazki saltsan</li> <li>Estofado de pavo en salsa de verduras</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<b>23</b> Kal 623 · P 35 · HK 52 · Lip 28 <ul style="list-style-type: none"> <li>Denboraldiko barazkia </li> <li>Verdura de temporada</li> <li>Oilasko izter erreja  limoi saltsarekin</li> <li>Muslo de pollo asado con salsa de limón</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<b>24</b> Kal 878 · P 29 · HK 128 · Lip 29 <ul style="list-style-type: none"> <li>Txitxirioak  barazkiekin</li> <li>Garbanzos con verduras</li> <li>Barazkiak arroza integralarekin </li> <li>Verduras con arroz integral</li> <li>Jogurta </li> <li>Yogur </li> </ul>	<b>25</b> Kal 864 · P 43 · HK 82 · Lip 42 <ul style="list-style-type: none"> <li>Barazki purea </li> <li>Puré de verduras</li> <li>Arrai urdina </li> <li>Pescado azul</li> <li>Etxeko arroz esnea</li> <li>Arroz con leche casero</li> </ul>	<b>26</b> Kal 786 · P 36 · HK 81 · Lip 33 <ul style="list-style-type: none"> <li>Dilistak  barazkiekin</li> <li>Lentejas con verduras</li> <li>Etxeko patata tortila </li> <li>Tortilla de patata casera</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>
<b>29</b> Kal 720 · P 45 · HK 58 · Lip 29 <ul style="list-style-type: none"> <li>Denboraldiko barazkiak </li> <li>Verduras de temporada</li> <li>Indioilar hanburguesak  barazki guarnizioarekin</li> <li>Hamburguesas de pavo con guarnición de verduras</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<b>30</b> Kal 915 · P 33 · HK 132 · Lip 30 <ul style="list-style-type: none"> <li>Eltzeko dilistak  barazkiekin</li> <li>Lentejas estofadas con verduras</li> <li>Barazki eta artatxiki pastela </li> <li>Pastel de verduras y mijo</li> <li>Etxeko fruta irabiatua </li> <li>Batido de fruta casero</li> </ul>	<b>31</b> Kal 774 · P 32 · HK 107 · Lip 25 <ul style="list-style-type: none"> <li>Barazkiak arrozarekin </li> <li>Verduras con arroz </li> <li>Legatza labean </li> <li>Merluza al horno</li> <li>Sagar konpota </li> <li>Compota de manzana </li> </ul>		

Ekologikoa · Ecológico

Lekale eta zereal guztiak ekologikoak dira. Todas las legumbres y cereales son ecológicas

Zonaldeko · Producto local

Fresko · Fresco

Irin-osoko ogia . Pan integral

Ogi eskaintza egongo da eskuragi egunero

Nuestros menús incluyen pan a diario



# URTARRILA - ENERO

## UDARREGI IKASTOLA

### KIWI ETA ANANA GABEA - SIN KIWI Y PIÑA



Astelehena / Lunes	Asteartea / Martes	Asteazkena / Miércoles	Osteguna / Jueves	Ostirala / Viernes
<b>8</b> Kal 844 · P 28 · HK 123 · Lip 24 <ul style="list-style-type: none"> <li>Dilistak  barazkiekin</li> <li>Lentejas con verduras</li> <li>Barazki paella integrala </li> <li>Paella integral de verduras</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<b>9</b> Kal 877 · P 30 · HK 95 · Lip 44 <ul style="list-style-type: none"> <li>Barazki purea </li> <li>Puré de verduras</li> <li>Etxeko patata tortila  tomatearekin</li> <li>Tortilla de patata casera con tomate</li> <li>Arrautzeken eginiko etxeko natilak</li> <li>Natillas caseras de huevo</li> </ul>	<b>10</b> Kal 848 · P 47 · HK 65 · Lip 41 <ul style="list-style-type: none"> <li>Txitxirioak  barazkiekin</li> <li>Garbanzos con verduras</li> <li>Arrai urdina </li> <li>Pescado azul</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<b>11</b> Kal 613 · P 19 · HK 67 · Lip 32 <ul style="list-style-type: none"> <li>Denboraldiko barazkiak </li> <li>Verduras de temporada</li> <li>Etxeko kroketak </li> <li>Croquetas caseras</li> <li>Jogurta </li> <li>Yogur</li> </ul>	<b>12</b> Kal 858 · P 40 · HK 87 · Lip 36 <ul style="list-style-type: none"> <li>Pasta gazta eta arrautzarekin </li> <li>Pasta con queso y huevo</li> <li>Txekor albondigak  barazki saltsan </li> <li>Albondigas de ternera en salsa de verduras</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>
<b>15</b> Kal 680 · P 29 · HK 62 · Lip 36 <ul style="list-style-type: none"> <li>Barazki anitzeko purea </li> <li>Puré de verduras variadas</li> <li>Txerri xolomoa  barazki guarnizioarekin</li> <li>Lomo de cerdo con guarnición de verduras</li> <li>Edateko jogurta </li> <li>Yogur bebible</li> </ul>	<b>16</b> Kal 678 · P 43 · HK 66 · Lip 24 <ul style="list-style-type: none"> <li>Dilistak barazkitxoekin </li> <li>Lentejas con verdura </li> <li>Legatza labean </li> <li>Merluza al horno</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<b>17</b> Kal 906 · P 29 · HK 110 · Lip 40 <ul style="list-style-type: none"> <li>Denboraldiko barazkiak </li> <li>Verduras de temporada</li> <li>Barazki eta haragi lasaña </li> <li>Lasaña de verduras y carne</li> <li>Etxeko sagar gelatina </li> <li>Gelatina casera de manzana </li> </ul>	<b>18</b> Kal 617 · P 41 · HK 50 · Lip 25 <ul style="list-style-type: none"> <li>Barazki purea </li> <li>Puré de verduras</li> <li>Txekor eskalopea  letxugarekin</li> <li>Escalope de ternera con lechuga</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<b>19</b> Kal 745 · P 25 · HK 111 · Lip 23 <ul style="list-style-type: none"> <li>Babarrunak  barazkiekin</li> <li>Alubias con verduras</li> <li>Barazki eta artatxiki pastela </li> <li>Pastel de verduras y mijo</li> <li>Etxeko fruta konpota </li> <li>Compota casera de frutas</li> </ul>
<b>22</b> Kal 937 · P 55 · HK 99 · Lip 33 <ul style="list-style-type: none"> <li>Pasta gazta eta arrautzarekin </li> <li>Pasta con queso y huevo</li> <li>Indioilar gisatua  barazki saltsan </li> <li>Estofado de pavo en salsa de verduras</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<b>23</b> Kal 623 · P 35 · HK 52 · Lip 28 <ul style="list-style-type: none"> <li>Denboraldiko barazkia </li> <li>Verdura de temporada</li> <li>Oilasko izter erreja  limoi saltsarekin </li> <li>Muslo de pollo asado con salsa de limón</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<b>24</b> Kal 878 · P 29 · HK 128 · Lip 29 <ul style="list-style-type: none"> <li>Txitxirioak  barazkiekin</li> <li>Garbanzos con verduras</li> <li>Barazkiak arroza integralarekin </li> <li>Verduras con arroz integral</li> <li>Jogurta </li> <li>Yogur </li> </ul>	<b>25</b> Kal 864 · P 43 · HK 82 · Lip 42 <ul style="list-style-type: none"> <li>Barazki purea </li> <li>Puré de verduras</li> <li>Arrai urdina </li> <li>Pescado azul</li> <li>Etxeko arroz esnea </li> <li>Arroz con leche casero</li> </ul>	<b>26</b> Kal 786 · P 36 · HK 81 · Lip 33 <ul style="list-style-type: none"> <li>Dilistak  barazkiekin</li> <li>Lentejas con verduras</li> <li>Etxeko patata tortila </li> <li>Tortilla de patata casera</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>
<b>29</b> Kal 720 · P 45 · HK 58 · Lip 29 <ul style="list-style-type: none"> <li>Denboraldiko barazkiak </li> <li>Verduras de temporada</li> <li>Indioilar hanburguesak  barazki guarnizioarekin </li> <li>Hamburguesas de pavo con guarnición de verduras</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<b>30</b> Kal 915 · P 33 · HK 132 · Lip 30 <ul style="list-style-type: none"> <li>Eltzeko dilistak  barazkiekin</li> <li>Lentejas estofadas con verduras</li> <li>Barazki eta artatxiki pastela </li> <li>Pastel de verduras y mijo</li> <li>Etxeko fruta irabiatua </li> <li>Batido de fruta casero</li> </ul>	<b>31</b> Kal 774 · P 32 · HK 107 · Lip 25 <ul style="list-style-type: none"> <li>Barazkiak arrozarekin </li> <li>Verduras con arroz </li> <li>Legatza labean </li> <li>Merluza al horno</li> <li>Sagar konpota </li> <li>Compota de manzana </li> </ul>		

 Ekologikoa · Ecológico

Lekale eta zereal guztiak ekologikoak dira. Todas las legumbres y cereales son ecológicas

 Zonaldeko · Producto local

 Fresko · Fresco

 Irin-osoko ogia . Pan integral

Ogi eskaintza egongo da eskuragi egunero

Nuestros menús incluyen pan a diario



# URTARRILA - ENERO

## UDARREGI IKASTOLA

### KIWI GABEA - SIN KIWI



Astelehena / Lunes	Asteartea / Martes	Asteazkena / Miércoles	Osteguna / Jueves	Ostirala / Viernes
<b>8</b> Kal 844 · P 28 · HK 123 · Lip 24 <ul style="list-style-type: none"> <li>Dilistak  barazkiekin</li> <li>Lentejas con verduras</li> <li>Barazki paella integrala </li> <li>Paella integral de verduras</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<b>9</b> Kal 877 · P 30 · HK 95 · Lip 44 <ul style="list-style-type: none"> <li>Barazki purea </li> <li>Puré de verduras</li> <li>Etxeko patata tortila  tomatearekin </li> <li>Tortilla de patata casera con tomate</li> <li>Arrautzeken eginiko etxeko natilak</li> <li>Natillas caseras de huevo</li> </ul>	<b>10</b> Kal 848 · P 47 · HK 65 · Lip 41 <ul style="list-style-type: none"> <li>Txitxirioak  barazkiekin</li> <li>Garbanzos con verduras</li> <li>Arrai urdina  </li> <li>Pescado azul</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<b>11</b> Kal 613 · P 19 · HK 67 · Lip 32 <ul style="list-style-type: none"> <li>Denboraldiko barazkiak </li> <li>Verduras de temporada</li> <li>Etxeko kroketak  </li> <li>Croquetas caseras</li> <li>Jogurta </li> <li>Yogur</li> </ul>	<b>12</b> Kal 858 · P 40 · HK 87 · Lip 36 <ul style="list-style-type: none"> <li>Pasta gazta eta arrautzarekin </li> <li>Pasta con queso y huevo</li> <li>Txekor albondigak  barazki saltsan </li> <li>Albondigas de ternera en salsa de verduras</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>
<b>15</b> Kal 680 · P 29 · HK 62 · Lip 36 <ul style="list-style-type: none"> <li>Barazki anitzeko purea </li> <li>Puré de verduras variadas</li> <li>Txerri xolomoa  barazki guarnizioarekin</li> <li>Lomo de cerdo con guarnición de verduras</li> <li>Edateko jogurta</li> <li>Yogur bebible</li> </ul>	<b>16</b> Kal 678 · P 43 · HK 66 · Lip 24 <ul style="list-style-type: none"> <li>Dilistak barazkitxoekin </li> <li>Lentejas con verdura </li> <li>Legatza labean  </li> <li>Merluza al horno</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<b>17</b> Kal 906 · P 29 · HK 110 · Lip 40 <ul style="list-style-type: none"> <li>Denboraldiko barazkiak </li> <li>Verduras de temporada</li> <li>Barazki eta haragi lasaña  </li> <li>Lasaña de verduras y carne</li> <li>Etxeko sagar gelatina</li> <li>Gelatina casera de manzana </li> </ul>	<b>18</b> Kal 617 · P 41 · HK 50 · Lip 25 <ul style="list-style-type: none"> <li>Barazki purea </li> <li>Puré de verduras</li> <li>Txekor eskalopea  letxugarekin</li> <li>Escalope de ternera con lechuga</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<b>19</b> Kal 745 · P 25 · HK 111 · Lip 23 <ul style="list-style-type: none"> <li>Babarrunak  barazkiekin</li> <li>Alubias con verduras</li> <li>Barazki eta artatxiki pastela  </li> <li>Pastel de verduras y mijo</li> <li>Etxeko fruta konpota </li> <li>Compota casera de frutas</li> </ul>
<b>22</b> Kal 937 · P 55 · HK 99 · Lip 33 <ul style="list-style-type: none"> <li>Pasta gazta eta arrautzarekin </li> <li>Pasta con queso y huevo</li> <li>Indioilar gisatua  barazki saltsan </li> <li>Estofado de pavo en salsa de verduras</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<b>23</b> Kal 623 · P 35 · HK 52 · Lip 28 <ul style="list-style-type: none"> <li>Denboraldiko barazkia </li> <li>Verdura de temporada</li> <li>Oilasko izter erreja  limoi saltsarekin </li> <li>Muslo de pollo asado con salsa de limón</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<b>24</b> Kal 878 · P 29 · HK 128 · Lip 29 <ul style="list-style-type: none"> <li>Txitxirioak  barazkiekin</li> <li>Garbanzos con verduras</li> <li>Barazkiak arroza integralarekin  </li> <li>Verduras con arroz integral</li> <li>Jogurta </li> <li>Yogur </li> </ul>	<b>25</b> Kal 864 · P 43 · HK 82 · Lip 42 <ul style="list-style-type: none"> <li>Barazki purea </li> <li>Puré de verduras</li> <li>Arrai urdina  </li> <li>Pescado azul</li> <li>Etxeko arroz esnea</li> <li>Arroz con leche casero</li> </ul>	<b>26</b> Kal 786 · P 36 · HK 81 · Lip 33 <ul style="list-style-type: none"> <li>Dilistak  barazkiekin</li> <li>Lentejas con verduras</li> <li>Etxeko patata tortila  </li> <li>Tortilla de patata casera</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>
<b>29</b> Kal 720 · P 45 · HK 58 · Lip 29 <ul style="list-style-type: none"> <li>Denboraldiko barazkiak </li> <li>Verduras de temporada</li> <li>Indioilar hanburguesak  barazki guarnizioarekin</li> <li>Hamburguesas de pavo con guarnición de verduras</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<b>30</b> Kal 915 · P 33 · HK 132 · Lip 30 <ul style="list-style-type: none"> <li>Eltzeko dilistak  barazkiekin</li> <li>Lentejas estofadas con verduras</li> <li>Barazki eta artatxiki pastela  </li> <li>Pastel de verduras y mijo</li> <li>Etxeko fruta irabiatua </li> <li>Batido de fruta casero</li> </ul>	<b>31</b> Kal 774 · P 32 · HK 107 · Lip 25 <ul style="list-style-type: none"> <li>Barazkiak arrozarekin </li> <li>Verduras con arroz </li> <li>Legatza labean  </li> <li>Merluza al horno</li> <li>Sagar konpota </li> <li>Compota de manzana </li> </ul>		

Ekologikoa · Ecológico

Lekale eta zereal guztiak ekologikoak dira. Todas las legumbres y cereales son ecológicas

Zonaldeko · Producto local

Fresko · Fresco

Irin-osoko ogia . Pan integral

Ogi eskaintza egongo da eskuragai egunero  
Nuestros menús incluyen pan a diario



# URTARRILA - ENERO

## UDARREGI IKASTOLA

### UGAZTUN HARAGI ETA HESTEBETE GABEA

### SIN CARNE DE MAMÍFEROS Y EMBUTIDO



Astelehena / Lunes	Asteartea / Martes	Asteazkena / Miércoles	Osteguna / Jueves	Ostirala / Viernes
<p><b>8</b> Kal 710 · P 23 · HK 110 · Lip 24</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Dilistak  barazkiekin</li> <li>Lentejas con verduras</li> <li>Barazki paella integrala </li> <li>Paella integral de verduras</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<p><b>9</b> Kal 711 · P 17 · HK 84 · Lip 24</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Barazki purea </li> <li>Pure de verduras</li> <li>Etxeko patata tortila  tomatearekin </li> <li>Tortilla de patata casera con tomate</li> <li>Arrautzakin eginiko etxeko natilak</li> <li>Natillas caseras de huevo</li> </ul>	<p><b>10</b> Kal 713 · P 33 · HK 83 · Lip 29</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Txitxirioak  barazkiekin</li> <li>Garbanzos con verduras</li> <li>Arrai urdina  </li> <li>Pescado azul</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<p><b>11</b> Kal 688 · P 19 · HK 93 · Lip 29</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Denboraldiko barazkiak </li> <li>Verduras de temporada</li> <li>Bakailao kroketak  </li> <li>Croquetas de bacalao</li> <li>Jogurta </li> <li>Yogur</li> </ul>	<p><b>12</b> Kal 740 · P 26 · HK 98 · Lip 32</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Pasta gazta eta arrautzarekin </li> <li>Pasta con queso y huevo</li> <li>Oilasko bularkia barazki saltsan  </li> <li>Pechuga de pollo en salsa de verduras</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>
<p><b>15</b> Kal 788 · P 28 · HK 84 · Lip 27</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Barazki anitzeko purea </li> <li>Pure de verduras variadas</li> <li>Oilasko izter erreña  barazki guarnizioarekin</li> <li>Muslo de pollo asado con guarnición de verduras</li> <li>Edateko jogurta</li> <li>Yogur bebible</li> </ul>	<p><b>16</b> Kal 706 · P 32 · HK 76 · Lip 30</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Dilistak barazkitxoekin </li> <li>Lentejas con verdura</li> <li>Legatza labean  </li> <li>Merluza al horno</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<p><b>17</b> Kal 711 · P 30 · HK 88 · Lip 26</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Denboraldiko barazkiak </li> <li>Verduras de temporada</li> <li>Artatxiki pastela  </li> <li>Pastel de mijo</li> <li>Etxeko sagar gelatina </li> <li>Gelatina casera de manzana </li> </ul>	<p><b>18</b> Kal 740 · P 32 · HK 102 · Lip 27</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Pasta  tomatearekin</li> <li>Pasta con tomate</li> <li>Tortila   letxugarekin</li> <li>Tortilla con lechuga</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<p><b>19</b> Kal 752 · P 21 · HK 120 · Lip 22</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Babarrunak  barazkiekin</li> <li>Alubias con verduras</li> <li>Mijo  eta barazki pastela</li> <li>Pastel de mijo y verduras</li> <li>Etxeko fruta konpota </li> <li>Compota casera de frutas</li> </ul>
<p><b>22</b> Kal 739 · P 34 · HK 87 · Lip 30</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Pasta gazta eta arrautzarekin </li> <li>Pasta con queso y huevo</li> <li>Indioilar gisatua   barazki saltsan</li> <li>Estofado de pavo en salsa de verduras</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<p><b>23</b> Kal 687 · P 26 · HK 87 · Lip 27</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Denboraldiko barazkia </li> <li>Verdura de temporada</li> <li>Oilasko izter erreña  limoi saltsarekin </li> <li>Muslo de pollo asado con salsa de limón</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<p><b>24</b> Kal 715 · P 23 · HK 110 · Lip 24</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Txitxirioak  barazkiekin</li> <li>Garbanzos con verduras</li> <li>Arroz integrala  barazkiekin </li> <li>Arroz integral con verduras</li> <li>Jogurta </li> <li>Yogur </li> </ul>	<p><b>25</b> Kal 688 · P 29 · HK 86 · Lip 30</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Barazki purea </li> <li>Pure de verduras</li> <li>Arrai urdina  </li> <li>Pescado azul</li> <li>Etxeko arroz esnea </li> <li>Arroz con leche casero</li> </ul>	<p><b>26</b> Kal 694 · P 23 · HK 91 · Lip 22</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Dilistak  barazkiekin</li> <li>Lentejas con verduras</li> <li>Etxeko patata tortila  </li> <li>Tortilla de patata casera</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>
<p><b>29</b> Kal 694 · P 28 · HK 86 · Lip 27</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Denboraldiko barazkiak </li> <li>Verduras de temporada</li> <li>Indioilar hanburguesak barazki guarnizioarekin</li> <li>Hamburguesas de pavo con guarnición de verduras</li> <li>Fruta </li> <li>Fruta</li> </ul>	<p><b>30</b> Kal 724 · P 16 · HK 99 · Lip 26</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Eltzeko dilistak  barazkiekin</li> <li>Lentejas estofadas con verduras</li> <li>Mijo  eta barazki pastela </li> <li>Pastel de mijo y verduras</li> <li>Etxeko fruta irabiatua </li> <li>Batido de fruta casero</li> </ul>	<p><b>31</b> Kal 742 · P 31 · HK 81 · Lip 28</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Barazki paella  </li> <li>Paella de verduras</li> <li>Legatza labean  </li> <li>Merluza al horno</li> <li>Sagar konpota </li> <li>Compota de manzana </li> </ul>		

Ekologikoa · Ecológico

*Lekale eta zereal guztiak ekologikoak dira.* Todas las legumbres y cereales son ecológicas

Zonaldeko · Producto local

Fresko · Fresco

Irin-osoko ogia . Pan integral

Ogi eskaintza egongo da eskuragi egunero  
Nuestros menús incluyen pan a diario

