



ASTELEHENA / LUNES		ASTEARTEA / MARTES		ASTEAZKENA / MIERCOLES		OSTEGUNA / JUEVES		OSTIRALA / VIERNES	
3 Kcal 724 HC 138 Lip 5 Prot 31	4 Kcal 899 HC 75 Lip 43 Prot 54	5 Kcal 810 HC 105 Lip 31 Prot 31	6 Kcal 882 HC 119 Lip 27 Prot 40	7 Kcal 866 HC 85 Lip 42 Prot 41					
Dilistak barazkiekin (kh) Barazki-paella (kh) Sasoiko fruta Lentejas con verduras (cm) Paella vegetal (cm) Fruta de temporada	Bertako kalabaza-krema Oilasko-izterra errea txanpiñoiekin Aihoria Crema de calabaza local Muslo de pollo asado con champiñones Natillas	Indaba zuriak bertako barazkiekin Patata tortila labean entsaladarekin Sasoiko fruta Alubias blancas con verduras locales Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada	Makarroiak tomatearekin (kh) Legatza arrautzaztatua entsaladarekin Sasoiko fruta Macarrones con tomate (cm) Merluza a la romana con ensalada Fruta de temporada	Patatak errioxar erara Behi-hanburgesa 100% entsaladarekin (kh) Sasoiko fruta Patatas a la riojana Hamburguesa 100% vacuno con ensalada (cm) Fruta de temporada					
Entsalada - Arraina - Jogurta Ensalada - Pescado - Yogur	Arroza - Arraultz - Fruta Arroz - Huevo - Fruta	Barazki - Arraina - Jogurta Verdura - Pescado - Yogur	Entsalada - Hegazti - Esnekia Ensalada - Ave - Lácteo	Zopa - Arraultz - Esnekia Sopa - Huevo - Lácteo					
10 Kcal 705 HC 91 Lip 23 Prot 30	11 Kcal 865 HC 96 Lip 37 Prot 37	12 Kcal 826 HC 123 Lip 23 Prot 37	13 Kcal 807 HC 96 Lip 29 Prot 44	14 Kcal 697 HC 76 Lip 25 Prot 46					
Lekak patatekin Hegazti-albondigak piper gorriekin Sasoiko fruta Vainas con patatas Albondigas de ave con pimientos rojos (cm) Fruta de temporada	Dilistak barazkiekin (kh) Patata eta txorizo tortila labean entsaladarekin (kh) Sasoiko fruta Lentejas con verduras (cm) Tortilla de patata y chorizo al horno con ensalada (cm) Fruta de temporada	Haragi-paella (kh) Oilasko-bularkia entsaladarekin Sasoiko fruta Paella de carne (cm) Pechuga de pollo con ensalada Fruta de temporada	Indaba gorriak bertako barazkiekin Arrain freskoa arrautzaztatua maionesarekin Sasoiko fruta Alubias rojas con verduras locales Pescado fresco a la romana con mahonesa Fruta de temporada	Barazki-krema Txahal-gisatua barazki-saltsan (kh) Jogurta Crema de verduras Guisado de ternera en salsa de verduras (cm) Yogur					
Pasta - Arraina - Jogurta Pasta - Pescado - Yogur	Entsalada - Haragi - Esnekia Ensalada - Carne - Lácteo	Barazki - Arraultz - Esnekia Verdura - Huevo - Lácteo	Zopa - Hegazti - Jogurta Sopa - Ave - Yogur	Arroza - Arraina - Fruta Arroz - Pescado - Fruta					
17 Kcal 816 HC 74 Lip 46 Prot 32	18 Kcal 786 HC 99 Lip 27 Prot 40	19 Kcal 802 HC 103 Lip 35 Prot 23	20 Kcal 699 HC 93 Lip 20 Prot 38	21 Kcal 656 HC 101 Lip 14 Prot 33					
Hegazti-zopa fideoekin Patata eta hegalabur tortila labean entsaladarekin (kh) Gazta txikia Sopa de ave con fideos Tortilla de patata y atun al horno con ensalada (cm) Quesitos	Makarroi integralak italiar erara (kh) Izokina saltsa berdean Sasoiko fruta Macarrones integrales italiana (cm) Salmon en salsa verde Fruta de temporada	Patata gisatuak Urdaiazpiko kroketak entsaladarekin Sasoiko fruta Patatas guisadas Croquetas de jamon con ensalada Fruta de temporada	Garbantzuak bertako barazkiekin (kh) Legatza marinela saltsan Sasoiko fruta Garbanzos con verduras (cm) Merluza en salsa marinera Fruta de temporada	Kalabaza-krema (kh) Txahal-xerra ogi birrineztatua jardinerara erara Sasoiko fruta Crema de calabaza y legumbre (cm) Filete de ternera empanado a la jardinerara (cm) Fruta de temporada					
Krema - Haragi - Fruta Crema - Carne - Fruta	Barazki - Hegazti - Esnekia Verdura - Ave - Lácteo	Zopa - Arraina - Jogurta Sopa - Pescado - Yogur	Entsalada - Hegazti - Esnekia Ensalada - Ave - Lácteo	Arroza - Arraina - Jogurta Arroz - Pescado - Yogur					
24	25	26	27	28					
JAIA	JAIA	JAIA	JAIA	JAIA					
FIESTA	FIESTA	FIESTA	FIESTA	FIESTA					

Gomendatutako afaria
Cena recomendada

Animalia proteina gabeko menua
Menú libre de proteína animal

Menu basalarekiko plater desberdina
Plato distinto al menú basal

Bertoko menua %100ean
Menú 100% local



Gure menu guztiak astero biltzen dituzte produktu ekologikoak, bidezko merkataritzakoak eta kalitate hobetua dutenak (Eusko label, etab.)

Todos nuestros menús incluyen semanalmente productos ecológicos, de comercio justo y con etiqueta de calidad mejorada (Eusko label, etc)

OHARRA: 12 urteko umeetan oinarritutako informazio nutricionalaren kalkulua, menuan eskainitako 40gr-ko ogia barne.

NOTA INFORMATIVA: Información nutricional calculada en base a niños de 12 años, incluyendo 40 g. de pan ofrecidos con el menú.

