



ASTELEHENA / LUNES				ASTEARTEA / MARTES				ASTEAZKENA / MIERCOLES				OSTEGUNA / JUEVES				OSTIRALA / VIERNES												
<b>2</b>	Kcal	671	HC	70	<b>3</b>	Kcal	708	HC	76	<b>4</b>	Kcal	847	HC	114	<b>5</b>	Kcal	703	HC	105	<b>6</b>								
	Lip	23	Prot	49		Lip	31	Prot	35		Lip	33	Prot	28		Lip	15	Prot	39									
<b>Dilistak barazkiekin (kh)</b> <b>Izokina saltsa berdean (kh)</b> <b>Gazta txikia</b> Lentejas con verduras (cm) Salmon en salsa verde (cm) Quesitos				<b>Bertako barazki-krema</b> <b>Behi-hanburgesa 100% jardinera erara (kh)</b> <b>Sasoiko fruta</b> Crema de verduras locales Hamburguesa 100% vacuno a la jardinera (cm) Fruta de temporada				<b>Makarroi integralak italiar erara (kh)</b> <b>Patata tortila labean entsaladarekin (kh)</b> <b>Sasoiko fruta</b> Macarrones integrales italiana (cm) Tortilla de patata al horno con ensalada (cm) Fruta de temporada				<b>Indaba gorriak bertako barazkiekin</b> <b>Arrain freskoa menier erara Sasoiko fruta</b> Alubias rojas con verduras locales Pescado fresco menier Fruta de temporada				JAIA  FIESTA												
<b>Entsalada - Hegazti - Fruta</b> Ensalada - Ave - Fruta				<b>Zopa - Arraina - Jogurta</b> Sopa - Pescado - Yogur				<b>Barazki - Haragi - Jogurta</b> Verdura - Carne - Yogur				<b>Krema - Arraultz - Esnekia</b> Crema - Huevo - Lácteo																
<b>9</b>	Kcal	679	HC	95	<b>10</b>	Kcal	865	HC	104	<b>11</b>	Kcal	711	HC	72	<b>12</b>	Kcal	663	HC	75	<b>13</b>	Kcal	724	HC	138				
	Lip	21	Prot	30		Lip	37	Prot	34		Lip	29	Prot	43		Lip	23	Prot	36		Lip	5	Prot	31				
<b>Porru- eta ziazerba-krema</b> <b>Hegazti haragi bolak patata frijituekin (kh)</b> <b>Edateko jogurta</b> Crema de puerros y espinacas Albondigas de ave con patatas fritas (cm) Yogur bebible				<b>Garbantzu erregosiak</b> <b>Patata tortila labean entsaladarekin</b> <b>Sasoiko fruta</b> Garbanzos estofados Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada				<b>Hegazti-zopa fideoekin</b> <b>Txahal-xerra ogi birrineztatua entsaladarekin (kh)</b> <b>Sasoiko fruta</b> Sopa de ave con fideos Filete de ternera empanado con ensalada (cm) Fruta de temporada				<b>Lekak patatekin</b> <b>Legatza arrautzaztatua piper gorriekin</b> <b>Sasoiko fruta</b> Vainas con patatas Merluza a la romana con pimientos rojos Fruta de temporada				<b>Dilistak barazkiekin (kh)</b> <b>Barazki-paella (kh)</b> <b>Sasoiko fruta</b> Lentejas con verduras (cm) Paella vegetal (cm) Fruta de temporada												
<b>Arroza - Arraina - Fruta</b> Arroz - Pescado - Fruta				<b>Pasta - Hegazti - Jogurta</b> Pasta - Ave - Yogur				<b>Krema - Arraina - Jogurta</b> Crema - Pescado - Yogur				<b>Barazki - Arraultz - Jogurta</b> Verdura - Huevo - Yogur				<b>Barazki - Haragi - Jogurta</b> Verdura - Carne - Yogur												
<b>16</b>	Kcal	860	HC	66	<b>17</b>	Kcal	921	HC	105	<b>18</b>	Kcal	817	HC	114	<b>19</b>	Kcal	706	HC	65	<b>20</b>	Kcal	718	HC	98				
	Lip	41	Prot	56		Lip	41	Prot	35		Lip	24	Prot	41		Lip	29	Prot	46		Lip	31	Prot	15				
<b>Barazki-menestra</b> <b>Oilasko-izterra errea txanpiñoiekin</b> <b>Sasoiko fruta</b> Menestra de verduras Muslo de pollo asado con champiñones Fruta de temporada				<b>Indaba zuriak barazkiekin</b> <b>Patata eta txorizo tortila labean entsaladarekin (kh)</b> <b>Sasoiko fruta</b> Alubias blancas con verduras (cm) Tortilla de patata y chorizo al horno con ensalada (cm) Fruta de temporada				<b>Makarroiak bolognesa (kh)</b> <b>Izokina marinela saltsan</b> <b>Sasoiko fruta</b> Macarrones bolognesa (cm) Salmon en salsa marinera (cm) Fruta de temporada				<b>Barazki-krema lekaleekin (kh)</b> <b>Txahal-gisatua barazki-saltsan (kh)</b> <b>Esnea</b> Crema de verduras y legumbre (cm) Guisado de ternera en salsa de verduras (cm) Leche				<b>Porrusalda</b> <b>San jakoboa entsaladarekin</b> <b>Sasoiko fruta</b> Purrusalda San jacoboa con ensalada Fruta de temporada												
<b>Arroza - Arraina - Esnekia</b> Arroz - Pescado - Lácteo				<b>Barazki - Arraina - Jogurta</b> Verdura - Pescado - Yogur				<b>Krema - Haragi - Jogurta</b> Crema - Carne - Yogur				<b>Pasta - Arraultz - Fruta</b> Pasta - Huevo - Fruta				<b>Zopa - Haragi - Jogurta</b> Sopa - Carne - Yogur												
<b>23</b>	Kcal	834	HC	103	<b>24</b>	Kcal	961	HC	77	<b>25</b>				<b>26</b>						<b>27</b>								
	Lip	26	Prot	51		Lip	48	Prot	60																			
<b>Indaba gorriak barazkiekin (kh)</b> <b>Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin (kh)</b> <b>Aihoria</b> Alubias rojas con verduras (cm) Bacalao a la romana con ensalada (cm) Natillas				<b>Patatak saltsa berdean (kh)</b> <b>Oilasko-izterra errea piper gorriekin</b> <b>Sasoiko fruta</b> Patatas en salsa verde (cm) Muslo de pollo asado con pimientos rojos Fruta de temporada				JAIA  FIESTA				JAIA  FIESTA				JAIA  FIESTA												
<b>Krema - Arraultz - Fruta</b> Crema - Huevo - Fruta				<b>Barazki - Arraina - Esnekia</b> Verdura - Pescado - Lácteo																								
<b>30</b>				<b>31</b>																								
JAIA				JAIA																								
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 nutrizionalaren kalkulua, menuan eskainitala 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.