



apirila - abril 2024



ASTELEHENA / LUNES				ASTEARTEA / MARTES				ASTEAZKENA / MIERCOLES				OSTEGUNA / JUEVES				OSTIRALA / VIERNES								
1				2				3				4				5								
JAIA				JAIA				JAIA				JAIA				JAIA								
FIESTA				FIESTA				FIESTA				FIESTA				FIESTA								
8	Kcal	681	HC	95	9	Kcal	921	HC	106	10	Kcal	692	HC	79	11	Kcal	770	HC	126	12	Kcal	643	HC	82
	Lip	28	Prot	19		Lip	40	Prot	35		Lip	28	Prot	38		Lip	14	Prot	36		Lip	17	Prot	40
Kalabaza-krema (kh) Hegaluze-enpanadillak entsaladarekin Sasoiko fruta Crema de calabaza y legumbre (cm) Empanadillas de bonito con ensalada Fruta de temporada				Garbantzuk bertako barazkiekin (kh) Patata eta hegalabur tortila labean entsaladarekin (kh) Sasoiko fruta Garbanzos con verduras (cm) Tortilla de patata y atun al horno con ensalada (cm) Fruta de temporada				Patata gisatuak Oilasko-bularkia entsaladarekin Gazta txikia "la vaca que rie" Patatas guisadas Pechuga de pollo con ensalada Quesitos la vaca que rie				Makarroiak tomatearekin (kh) Legatza meniere erara Sasoiko fruta Macarrones con tomate (cm) Merluza meniere Fruta de temporada				Barazki-menestra (kh) Txahal-gisatua azenario eta txanpinoiekin (kh) Sasoiko fruta Menestra de verduras (cm) Guisado de ternera con zanahoria y champiñon (cm) Fruta de temporada								
15	Kcal	933	HC	72	16	Kcal	829	HC	125	17	Kcal	656	HC	85	18	Kcal	753	HC	96	19	Kcal	891	HC	133
	Lip	49	Prot	53		Lip	18	Prot	45		Lip	17	Prot	43		Lip	26	Prot	34		Lip	26	Prot	36
Bertako barazki-krema Oilasko-izterra errea patata frijituarekin Sasoiko fruta Crema de verduras locales Muslo de pollo asado con patatas fritas Fruta de temporada				Indaba gorriak bertako barazkiekin Txahal-xerra ogi birrineztatua jardinera erara Sasoiko fruta Alubias rojas con verduras locales Filete de ternera empanado a la jardinera (cm) Fruta de temporada				Porrusalda Bakailoa errioxako erara Jogurta Purrusalda Bacalao a la riojana Yogur				Dilistak barazkiekin (kh) Patata tortila labean entsaladarekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras (cm) Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada				Arroza tomatearekin (kh) Arrain freskoa erromatar erara entsaladarekin Sasoiko fruta Arroz con tomate (cm) Pescado fresco a la romana con ensalada Fruta de temporada								
22	Kcal	823	HC	88	23	Kcal	866	HC	107	24	Kcal	810	HC	105	25	Kcal	742	HC	81	26	Kcal	724	HC	138
	Lip	36	Prot	36		Lip	31	Prot	40		Lip	31	Prot	31		Lip	31	Prot	36		Lip	5	Prot	31
Lekak patatekin Behi-hanburgesa 100% piper gorriekin (kh) Sasoiko fruta Vainas con patatas Hamburguesa 100% vacuno con pimientos rojos (cm) Fruta de temporada				Makarroi integralak bolognesa (kh) Izokina saltsa berdean Sasoiko fruta Macarrones integrales bolognesa (cm) Salmon en salsa verde Fruta de temporada				Indaba zuriak bertako barazkiekin Patata tortila labean entsaladarekin (kh) Sasoiko fruta Alubias blancas con verduras locales Tortilla de patata al horno con ensalada (cm) Fruta de temporada				Porru- eta ziazerba-krema Legatza arrautzatzatua entsaladarekin Aihoria Crema de puerros y espinacas Merluza a la romana con ensalada Natillas				Dilistak barazkiekin (kh) Barazki-paella (kh) Sasoiko fruta Lentejas con verduras (cm) Paella vegetal (cm) Fruta de temporada								
29	Kcal	657	HC	75	30	Kcal	732	HC	88															
	Lip	22	Prot	30		Lip	25	Prot	41															
Porrusalda krema Hegazti-hanburgesa txanpinoiekin Sasoiko fruta Crema de purrusalda Hamburguesa de ave con champiñon Fruta de temporada				Patatak saltsa berdean Oilasko-bularkia entsaladarekin Sasoiko fruta Patatas en salsa verde Pechuga de pollo con ensalada Fruta de temporada																				

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 eskainitalo 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.



EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO