



ekaina - junio 2024



ASTELEHENA / LUNES				ASTEARTEA / MARTES				ASTEAZKENA / MIERCOLES				OSTEGUNA / JUEVES				OSTIRALA / VIERNES								
3	Kcal Lip	724 5	HC Prot	138 31	4	Kcal Lip	899 43	HC Prot	75 54	5	Kcal Lip	810 31	HC Prot	105 31	6	Kcal Lip	882 27	HC Prot	119 40	7	Kcal Lip	777 37	HC Prot	80 34
<p>Dilistak barazkiekin (kh) Barazki-paella (kh) Sasoiko fruta Lentejas con verduras (cm) Paella vegetal (cm) Fruta de temporada</p>				<p>Bertako kalabaza-krema Oilasko-izterra errea txanpiñoekin Aihoria Crema de calabaza local Muslo de pollo asado con champiñones Natillas</p>				<p>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</p>				<p>Makarroiak tomatearekin (kh) Legatza arrautzatzatua entsaladarekin Sasoiko fruta Macarrones con tomate (cm) Merluza a la romana con ensalada Fruta de temporada</p>				<p>Patata gisatuak Behi-hanburgesa 100% entsaladarekin (kh) Sasoiko fruta Patatas guisadas Hamburguesa 100% vacuno con ensalada (cm) Fruta de temporada</p>								
10	Kcal Lip	705 23	HC Prot	91 30	11	Kcal Lip	753 26	HC Prot	96 34	12	Kcal Lip	826 23	HC Prot	123 37	13	Kcal Lip	807 29	HC Prot	96 44	14	Kcal Lip	697 25	HC Prot	76 46
<p>Lekak patatekin Hegazti-albondigak piper gorriekin Sasoiko fruta Vainas con patatas Albondigas de ave con pimientos rojos (cm) Fruta de temporada</p>				<p>Dilistak barazkiekin (kh) Patata tortila labean entsaladarekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras (cm) Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada</p>				<p>Haragi-paella (kh) Oilasko-bularkia entsaladarekin Sasoiko fruta Paella de carne (cm) Pechuga de pollo con ensalada Fruta de temporada</p>				<p>Indaba gorriak bertako barazkiekin Arrain freskoa arrautzatzatua maionesarekin Sasoiko fruta Alubias rojas con verduras locales Pescado fresco a la romana con mahonesa Fruta de temporada</p>				<p>Barazki-krema Txahal-gisatua barazki-saltsan (kh) Jogurta Crema de verduras Guisado de ternera en salsa de verduras (cm) Yogur</p>								
17	Kcal Lip	816 46	HC Prot	74 32	18	Kcal Lip	738 24	HC Prot	99 36	19	Kcal Lip	783 33	HC Prot	103 20	20	Kcal Lip	699 20	HC Prot	93 38	21	Kcal Lip	656 14	HC Prot	101 33
<p>Hegazti-zopa fideoekin Patata eta hegalabur tortila labean entsaladarekin (kh) Gazta txikia "la vaca que rie" Sopa de ave con fideos Tortilla de patata y atun al horno con ensalada (cm) Quesitos la vaca que rie</p>				<p>Makarroi integralak tomatekin Izokina saltsa berdean Sasoiko fruta Macarrones integrales con tomate Salmon en salsa verde Fruta de temporada</p>				<p>Patata gisatuak Oilasko-kroketak entsaladarekin Sasoiko fruta Patatas guisadas Croquetas de pollo con ensalada Fruta de temporada</p>				<p>Garbantzuak bertako barazkiekin (kh) Legatza marinela saltsan Sasoiko fruta Garbanzos con verduras (cm) Merluza en salsa marinera Fruta de temporada</p>				<p>Kalabaza-krema (kh) Txahal-xerra ogi birrineztatua jardinera erara Sasoiko fruta Crema de calabaza y legumbre (cm) Filete de ternera empanado a la jardinera (cm) Fruta de temporada</p>								
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 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.

