



## otsaila - febrero 2025



ASTELEHENA / LUNES				ASTEARTEA / MARTES				ASTEAZKENA / MIERCOLES				OSTEGUNA / JUEVES				OSTIRALA / VIERNES								
<b>3</b>	Kcal	691	HC	95	<b>4</b>	Kcal	765	HC	107	<b>5</b>	Kcal	680	HC	66	<b>6</b>	Kcal	690	HC	104	<b>7</b>	Kcal	705	HC	83
	Lip	17	Prot	26		Lip	23	Prot	33		Lip	36	Prot	28		Lip	17	Prot	32		Lip	27	Prot	35
Dilistak barazkiekin (kh) Hegazti haragi bolak tomate saltsan (kh) Sasoiko fruta Lentejas con verduras (cm) Albondigas de ave con salsa de tomate (cm) Fruta de temporada				Barazki-paella (kh) Legatza arrautzatzatua entsaladarekin Sasoiko fruta Paella vegetal (cm) Merluza a la romana con ensalada Fruta de temporada				Hegazti-zopa fideoekin Patata tortila labeen entsaladarekin (kh) Gazta txikia Sopa de ave con fideos Tortilla de patata al horno con ensalada (cm) Quesitos				Bertako kalabaza-krema Txahal-xerra ogi birrineztatua jardinera erara Sasoiko fruta Crema de calabaza local Filete de ternera empanado a la jardinera (cm) Fruta de temporada				Patata gisatuak Izokina meniere erara Sasoiko fruta Patatas guisadas Salmon meniere Fruta de temporada								
Entsalada - Arrautz - Jogurta Ensalada - Huevo - Yogur				Krema - Haragi - Esnekia Crema - Carne - Lácteo				Barazki - Hegazti - Fruta Verdura - Ave - Fruta				Arroza - Arraina - Jogurta Arroz - Pescado - Yogur				Barazki - Hegazti - Jogurta Verdura - Ave - Yogur								
<b>10</b>	Kcal	734	HC	75	<b>11</b>	Kcal	784	HC	96	<b>12</b>	Kcal	741	HC	99	<b>13</b>	Kcal	768	HC	87	<b>14</b>	Kcal	864	HC	109
	Lip	30	Prot	30		Lip	31	Prot	30		Lip	24	Prot	37		Lip	24	Prot	53		Lip	29	Prot	47
Barazki-krema lekaleekin (kh) Hegazti-hanburgesa patata frijituekin Sasoiko fruta Crema de verduras y legumbre (cm) Hamburguesa de ave con patatas fritas Fruta de temporada				Garbantzuak kalabazarekin (kh) Patata tortila labeen entsaladarekin (kh) Sasoiko fruta Garbanzos con calabaza (cm) Tortilla de patata al horno con ensalada (cm) Fruta de temporada				Makarroi integralak tomatekin (kh) Izokina saltsa berdean (kh) Sasoiko fruta Macarrones integrales con tomate (cm) Salmon en salsa verde (cm) Fruta de temporada				Marmitakoa Txahal-gisatua azenario eta txanpinoiekin (kh) Esnea Marmitako Guisado de ternera con zanahoria y champiñon (cm) Leche				Indaba zuriak bertako barazkiekin Arrain freskoa erromatar erara entsaladarekin Sasoiko fruta Alubias blancas con verduras locales Pescado fresco a la romana con ensalada Fruta de temporada								
Patata - Arraina - Jogurta Patata - Pescado - Yogur				Barazki - Haragi - Jogurta Verdura - Carne - Yogur				Barazki - Arrautz - Jogurta Verdura - Huevo - Yogur				Krema - Hegazti - Fruta Crema - Ave - Fruta				Arroza - Arrautz - Esnekia Arroz - Huevo - Lácteo								
<b>17</b>	Kcal	724	HC	138	<b>18</b>	Kcal	753	HC	82	<b>19</b>	Kcal	748	HC	73	<b>20</b>	Kcal	945	HC	112	<b>21</b>	Kcal	621	HC	68
	Lip	5	Prot	31		Lip	32	Prot	36		Lip	37	Prot	33		Lip	41	Prot	35		Lip	18	Prot	42
Dilistak barazkiekin (kh) Barazki-paella (kh) Sasoiko fruta Lentejas con verduras (cm) Paella vegetal (cm) Fruta de temporada				Patata gisatuak Legatza arrautzatzatua maionesarekin Sasoiko fruta Patatas guisadas Merluza a la romana con mahonesa Fruta de temporada				Porrusalda krema Behi-hanburgesa 100% entsaladarekin (kh) Sasoiko fruta Crema de purrusalda Hamburguesa 100% vacuno con ensalada (cm) Fruta de temporada				Indaba gorriak bertako barazkiekin Patata eta hegalabur tortila labeen entsaladarekin (kh) Sasoiko fruta Alubias rojas con verduras locales Tortilla de patata y atun al horno con ensalada (cm) Fruta de temporada				Lekak patatekin Oilasko-bularkia piper gorriekin Aihoria Vainas con patatas Pechuga de pollo con pimientos rojos Natillas								
Entsalada - Arraina - Jogurta Ensalada - Pescado - Yogur				Krema - Arrautz - Jogurta Crema - Huevo - Yogur				Arroza - Hegazti - Esnekia Arroz - Ave - Lácteo				Zopa - Arraina - Jogurta Sopa - Pescado - Yogur				Patata - Arrautz - Fruta Patata - Huevo - Fruta								
<b>24</b>	Kcal	753	HC	96	<b>25</b>	Kcal	666	HC	84	<b>26</b>	Kcal	875	HC	118	<b>27</b>	Kcal	711	HC	98	<b>28</b>	Kcal	700	HC	73
	Lip	26	Prot	34		Lip	22	Prot	35		Lip	36	Prot	30		Lip	17	Prot	46		Lip	24	Prot	46
Dilistak barazkiekin (kh) Patata tortila labeen entsaladarekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras (cm) Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada				Porru eta ziazerba-krema Izokina marinela saltsan Edateko jogurta Crema de puerros y espinacas Salmon en salsa marinera (cm) Yogur bebible				Garbantzuak bertako barazkiekin Hegaluze-enpanadillak entsaladarekin Sasoiko fruta Garbanzos con verduras locales Empanadillas de bonito con ensalada Fruta de temporada				Makarroiak bolognesa (kh) Oilasko-bularkia piper gorriekin Sasoiko fruta Macarrones bolognesa (cm) Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta de temporada				Barazki-menestra Txahal-gisatua barazki-saltsan (kh) Sasoiko fruta Menestra de verduras Guisado de ternera en salsa de verduras (cm) Fruta de temporada								
Krema - Arraina - Jogurta Crema - Pescado - Yogur				Arroza - Hegazti - Fruta Arroz - Ave - Fruta				Zopa - Haragi - Esnekia Sopa - Carne - Lácteo				Krema - Arrautz - Jogurta Crema - Huevo - Yogur				Patata - Arraina - Jogurta Patata - Pescado - Yogur								

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