



iraila - septiembre 2025

ASTELEHENA / LUNES					ASTEARTEA / MARTES					ASTEAZKENA / MIERCOLES					OSTEGUNA / JUEVES					OSTIRALA / VIERNES				
1	Kcal	676	HC	71	2	Kcal	689	HC	100	3	Kcal	695	HC	79	4	Kcal	833	HC	102	5	Kcal	782	HC	116
	Lip	21	Prot	54		Lip	20	Prot	31		Lip	32	Prot	22		Lip	29	Prot	45		Lip	17	Prot	45
Bertako barazki-krema Oilasko-izterra piper gorriekin Sasoiko fruta Crema de verduras locales Muslo de pollo con pimientos rojos Fruta de temporada					Makarroiak tomatearekin Legatza barazki saltsan entsaladarekin Sasoiko fruta Macarrones con tomate Merluza en salsa de verduras con ensalada Fruta de temporada					Barazki-menestra Patata tortila labea entsaladarekin Sasoiko fruta Menestra de verduras Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada					Garbantzuak bertako kalabazarekin Izokina meniere erara Edateko jogurta Garbanzos con calabaza local Salmon meniere Yogur bebible					Barazki-paella Txahal-gisatua jardinerera erara Sasoiko fruta Paella vegetal Guisado de ternera a la jardinerera Fruta de temporada				
Pasta - Arraina - Jogurta Pasta - Pescado - Yogur					Barazki - Arraultz - Esnekia Verdura - Huevo - Lácteo					Zopa - Haragi - Jogurta Sopa - Carne - Yogur					Krema - Arraultz - Fruta Crema - Huevo - Fruta					Arroza - Arraina - Jogurta Arroz - Pescado - Yogur				
8	Kcal	849	HC	104	9	Kcal	650	HC	81	10	Kcal	689	HC	77	11	Kcal	767	HC	98	12	Kcal	927	HC	119
	Lip	35	Prot	34		Lip	25	Prot	28		Lip	21	Prot	50		Lip	25	Prot	46		Lip	38	Prot	36
Babarrun gorrien lapikokoa Patata tortila labea entsaladarekin Sasoiko fruta Cocido de alubias rojas Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada					Bertako barazki-krema Solomo freskoa entsaladarekin Sasoiko fruta Crema de verduras locales Lomo fresco con ensalada Fruta de temporada					Marmitakoa Oilasko-bularkia txanpinoiekin Sasoiko fruta Marmitako Pechuga de pollo con champiñones Fruta de temporada					Garbantzuak bertako kalabazarekin Arrain freskoa marinela saltsan (kh) Gazta txikia Garbanzos con calabaza local Pescado fresco en salsa marinera Quesitos					Haragi-paella Txahal-hanburgesa 100% piper gorriekin Sasoiko fruta Paella de carne Hamburguesa 100% vacuno con pimientos rojos Fruta de temporada				
Barazki - Hegazti - Esnekia Verdura - Ave - Lácteo					Arroza - Haragi - Jogurta Arroz - Carne - Yogur					Entsalada - Arraina - Jogurta Ensalada - Pescado - Yogur					Zopa - Arraultz - Fruta Sopa - Huevo - Fruta					Barazki - Arraina - Jogurta Verdura - Pescado - Yogur				
15	Kcal	830	HC	80	16	Kcal	723	HC	88	17	Kcal	888	HC	93	18	Kcal	788	HC	152	19	Kcal	715	HC	75
	Lip	42	Prot	29		Lip	25	Prot	39		Lip	47	Prot	21		Lip	8	Prot	32		Lip	30	Prot	39
Lekak patatekin Albondigak jardineran Sasoiko fruta Vainas con patatas Albondigas a la jardinerera Fruta de temporada					Garbantzu erregosiak Legatza maionesarekin Sasoiko fruta Garbanzos estofados Merluza con mahonesa Fruta de temporada					Hegazti-zopa arrozarekin Patata eta hegala tortila labea entsaladarekin Sasoiko fruta Sopa de ave con arroz Tortilla de patata y atún al horno con ensalada Fruta de temporada					Dilistak bertako barazkiekin Barazki-paella Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Paella vegetal Fruta de temporada					Porru eta ziazerba-krema Txahal-xerra entsaladarekin Aihoria Crema de puerros y espinacas Filete de ternera con ensalada Natillas				
Pasta - Arraultz - Jogurta Pasta - Huevo - Yogur					Krema - Hegazti - Esnekia Crema - Ave - Lácteo					Entsalada - Haragi - Jogurta Ensalada - Carne - Yogur					Krema - Arraultz - Esnekia Crema - Huevo - Lácteo					Arroza - Arraina - Fruta Arroz - Pescado - Fruta				
22	Kcal	690	HC	78	23	Kcal	703	HC	91	24	Kcal	850	HC	114	25	Kcal	695	HC	81	26	Kcal	782	HC	78
	Lip	24	Prot	40		Lip	22	Prot	39		Lip	34	Prot	27		Lip	21	Prot	46		Lip	30	Prot	53
Barazki-menestra Solomo ontzua patatekin Sasoiko fruta Menestra de verduras Lomo adobado con patatas Fruta de temporada					Babarrun zuriak bertako kalabazarekin Legatza barazki saltsan entsaladarekin Sasoiko fruta Alubias blancas con calabaza local Merluza en salsa de verduras con ensalada Fruta de temporada					Makarroiak bolognesa Patata tortila labea entsaladarekin Sasoiko fruta Macarrones bolognesa Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada					Dilistak bertako barazkiekin Izokina saltsa berdean Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Salmon en salsa verde Fruta de temporada					Patatak errioxa erara Txahal-gisatua azenario eta txanpinoiekin Esnea Patatas a la riojana Guisado de ternera con zanahoria y champiñón Leche				
Zopa - Arraina - Jogurta Sopa - Pescado - Yogur					Entsalada - Hegazti - Jogurta Ensalada - Ave - Yogur					Zopa - Arraina - Jogurta Sopa - Pescado - Yogur					Krema - Hegazti - Jogurta Crema - Ave - Yogur					Barazki - Arraultz - Fruta Verdura - Huevo - Fruta				
29	Kcal	894	HC	100	30	Kcal	657	HC	74															
	Lip	40	Prot	38		Lip	25	Prot	36															
Garbantzuak bertako barazkiekin Hanburgesa tomate-saltsarekin Sasoiko fruta Garbanzos con verduras locales Hamburguesa con salsa de tomate Fruta de temporada					Bertako kalabaza-krema Txahal-xerra entsaladarekin Sasoiko fruta Crema de calabaza local Filete de ternera con ensalada Fruta de temporada																			
Barazki - Arraina - Jogurta Verdura - Pescado - Yogur					Arroza - Arraina - Jogurta Arroz - 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 guztiek 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.



EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO