



iraila - septiembre 2025

ASTELEHENA / LUNES					ASTEARTEA / MARTES					ASTEAZKENA / MIERCOLES					OSTEGUNA / JUEVES					OSTIRALA / VIERNES				
1	Kcal	641	HC	109	2	Kcal	840	HC	110	3	Kcal	695	HC	79	4	Kcal	833	HC	102	5	Kcal	826	HC	111
Lip	Lip	10	Prot	31	Lip	Lip	28	Prot	41	Lip	Lip	32	Prot	22	Lip	Lip	29	Prot	45	Lip	Lip	29	Prot	36
Bertako barazki-krema					Makarroiak tomatearekin					Barazki-menestra					Garbantzuak bertako					Barazki-paella				
Dilistak bertako barazkiekin					Legatza arrautzaztatua					Patata tortila labean					kalabazarekin					Arrautza egosiak				
Sasoiko fruta					entsaladarekin					entsaladarekin					Izokina meniere erara					tomate-saltsarekin				
Crema de verduras locales					Jogurta					Sasoiko fruta					Edateko jogurta					Sasoiko fruta				
Lentejas con verduras locales					Macarrones con tomate					Menestra de verduras					Garbanzos con calabaza local					Paella vegetal				
Fruta de temporada					Merluza a la romana con ensalada					Tortilla de patata al horno con ensalada					Salmon meniere					Huevos cocidos con salsa de tomate				
					Yogur					Fruta de temporada					Yogur bebible					Fruta de temporada				
Pasta - Prot. Vegetala - Esnekia					Krema - Arraultz - Esnekia					Arroza - Barazki - Esnekia					Entsalada - Barazki - Esnekia					Arroza - Prot. Vegetala - Fruta				
Pasta - Prot. Vegetal - Lácteo					Crema - Huevo - Lácteo					Arroz - Verdura - Lácteo					Ensalada - Verdura - Lácteo					Arroz - Prot. Vegetal - Fruta				
8	Kcal	811	HC	104	9	Kcal	709	HC	123	10	Kcal	854	HC	90	11	Kcal	707	HC	88	12	Kcal	826	HC	111
Lip	Lip	31	Prot	32	Lip	Lip	15	Prot	23	Lip	Lip	35	Prot	47	Lip	Lip	21	Prot	45	Lip	Lip	29	Prot	36
Babarrun gorriak barazkiekin					Barazki-krema lekaleekin (kh)					Berdel marmitakoa					Garbantzuak kalabazarekin					Barazki-paella				
Patata tortila labean					Makarroiak tomatearekin					Tofu arrautzaztatua saltsan					Arrain freskoa marinela saltsan					Arrautza egosiak				
entsaladarekin (kh)					Jogurta					entsaladarekin					(kh)					tomate-saltsarekin				
Sasoiko fruta					Crema de verduras y legumbre (cm)					Sasoiko fruta					Gazta txikia					Sasoiko fruta				
Alubias rojas con verduras					Macarrones con tomate					Marmitako de caballa					Garbanzos con calabaza (cm)					Paella vegetal				
Tortilla de patata al horno con ensalada (cm)					Yogur					Tofu rebozado en salsa con ensalada					Pescado fresco en salsa marinera					Huevos cocidos con salsa de tomate				
Fruta de temporada										Fruta de temporada					Quesitos					Fruta de temporada				
Pasta - Barazki - Jogurta					Krema - Prot. Vegetala - Esnekia					Barazki - Arraultz - Fruta					Zopa - Barazki - Jogurta					Entsalada - Barazki - Fruta				
Pasta - Verdura - Yogur					Crema - Prot. Vegetal - Lácteo					Verdura - Huevo - Fruta					Sopa - Verdura - Yogur					Ensalada - Verdura - Fruta				
15	Kcal	665	HC	83	16	Kcal	858	HC	95	17	Kcal	739	HC	82	18	Kcal	724	HC	138	19	Kcal	766	HC	93
Lip	Lip	17	Prot	37	Lip	Lip	34	Prot	46	Lip	Lip	37	Prot	21	Lip	Lip	5	Prot	31	Lip	Lip	34	Prot	24
Lekak patatekin					Garbantzuak bertako barazkiekin					Fideo zopa (gg)					Dilistak barazkiekin (kh)					Porru eta ziazerba-krema				
Landare-xerra jardineran					Legatza arrautzaztatua					Patata eta hegala labean					Barazki-paella (kh)					Paisana tortila entsaladarekin				
Sasoiko fruta					maionesarekin					Sasoiko fruta					Sasoiko fruta					Aihoria				
Vainas con patatas					Jogurta					Sopa de fideos (gg)					Lentejas con verduras (cm)					Crema de puerros y espinacas				
Filete vegetal a la romana con jardineria					Garbanzos con verduras locales					Tortilla de patata y atun al horno con ensalada					Paella vegetal (cm)					Tortilla paisana con ensalada				
Fruta de temporada					Merluza a la romana con mahonesa					Fruta de temporada					Fruta de temporada					Natillas				
					Yogur																			
Barazki - Prot. Vegetala - Esnekia					Pasta - Barazki - Fruta					Entsalada - Barazki - Fruta					Barazki - Prot. Vegetala - Esnekia					Zopa - Barazki - Fruta				
Verdura - Prot. Vegetal - Lácteo					Pasta - Verdura - Fruta					Ensalada - Verdura - Fruta					Verdura - Prot. Vegetal - Lácteo					Sopa - Verdura - Fruta				
22	Kcal	715	HC	68	23	Kcal	827	HC	101	24	Kcal	826	HC	114	25	Kcal	692	HC	81	26	Kcal	804	HC	80
Lip	Lip	32	Prot	38	Lip	Lip	28	Prot	47	Lip	Lip	31	Prot	26	Lip	Lip	20	Prot	46	Lip	Lip	38	Prot	37
Barazki-menestra (kh)					Babarrun zuriak bertako kalabazarekin					Makarroiak tomatearekin					Dilistak barazkiekin (kh)					Porrusalda				
Arrautza egosiak					Legatza arrautzaztatua					Patata tortila labean					Izokina saltsa berdean					Tofu arrautzaztatua saltsan				
tomate-saltsarekin					entsaladarekin					entsaladarekin (kh)					Sasoiko fruta					entsaladarekin				
Sasoiko fruta					Sasoiko fruta					Jogurta					Lentejas con verduras (cm)					Esnea				
Menestra de verduras (cm)					Alubias blancas con calabaza local					Macarrones con tomate					Salmon en salsa verde					Purrusalda				
Huevos cocidos con salsa de tomate					Merluza a la romana con ensalada					Tortilla de patata al horno con ensalada (cm)					Fruta de temporada					Tofu rebozado en salsa con ensalada				
Fruta de temporada					Fruta de temporada					Yogur										Leche				
Entsalada - Prot. Vegetala - Fruta					Zopa - Barazki - Fruta					Patata - Barazki - Jogurta					Arroza - Barazki - Fruta					Zopa - Barazki - Jogurta				
Ensalada - Prot. Vegetal - Fruta					Sopa - Verdura - Fruta					Patata - Verdura - Yogur					Arroz - Verdura - Fruta					Sopa - Verdura - Yogur				
29	Kcal	772	HC	115	30	Kcal	689	HC	129															
Lip	Lip	20	Prot	33	Lip	Lip	13	Prot	21															
Garbantzuak bertako barazkiekin					Bertako kalabaza-krema																			
Lekak patatekin					Makarroiak tomatearekin																			
Jogurta					Sasoiko fruta																			
Garbanzos con verduras locales					Crema de calabaza local																			
Vainas con patatas					Macarrones con tomate																			
Yogur					Fruta de temporada																			
Zopa - Prot. Vegetala - Fruta					Patata - Barazki - Fruta																			
Sopa - Prot. Vegetal - Fruta					Patata - Verdura - Fruta																			