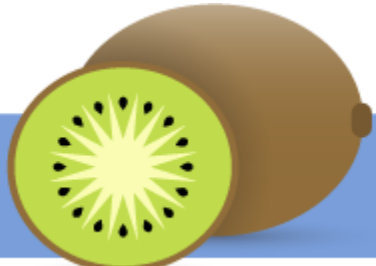




abendua - diciembre 2025



ASTELEHENA / LUNES					ASTEARTEA / MARTES					ASTEAZKENA / MIERCOLES					OSTEGUNA / JUEVES					OSTIRALA / VIERNES				
1	Kcal	671	HC	70	2	Kcal	636	HC	79	3	Kcal	847	HC	114	4	Kcal	703	HC	105	5	Kcal	734	HC	66
Lip	24	Prot	48		Lip	21	Prot	35		Lip	33	Prot	28		Lip	15	Prot	39		Lip	25	Prot	57	
Dilistak bertako barazkiekin Izokina saltsa berdean Gazta txikia Lentejas con verduras locales Salmon en salsa verde Quesitos					Bertako barazki-krema Txahal-xerra jardinera erara Sasoiko fruta Crema de verduras locales Filete de ternera a la jardinera Fruta de temporada					Makarroiak italiar erara Patata tortila labean entsaladarekin Sasoiko fruta Macarrones italiana Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada					Indaba gorriak bertako barazkiekin Arrain freskoa menier erara Sasoiko fruta Alubias rojas con verduras locales Pescado fresco menier Fruta de temporada					Lekak patatekin Oilasko-izterra entsaladarekin Sasoiko fruta Vainas con patatas Muslo de pollo con ensalada Fruta de temporada				
Entsalada - Hegazti - Fruta Ensalada - Ave - Fruta					Zopa - Arraina - Jogurta Sopa - Pescado - Yogur					Barazki - Haragi - Jogurta Verdura - Carne - Yogur					Krema - Arraultz - Esnekia Crema - Huevo - Lácteo					Arroza - Arraina - Esnekia Arroz - Pescado - Lácteo				
8					9	Kcal	865	HC	104	10	Kcal	867	HC	83	11	Kcal	580	HC	76	12	Kcal	788	HC	152
					Lip	37	Prot	34		Lip	44	Prot	34		Lip	20	Prot	25		Lip	8	Prot	32	
JAIA					Garbantzuk erregosiak Patata tortila labean entsaladarekin Sasoiko fruta Garbanzos estofados Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada					Hegazti-zopa arrozarekin Behi-hanburgesa 100% entsaladarekin Sasoiko fruta Sopa de ave con arroz Hamburguesa 100% vacuno con ensalada Fruta de temporada					Porrusalda krema Legatza barazki saltsan piperradarekin Sasoiko fruta Crema de purrusalda Merluza en salsa de verduras con piperrada Fruta de temporada					Dilistak bertako barazkiekin Barazki-paella Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Paella vegetal Fruta de temporada				
FIESTA					Pasta - Hegazti - Jogurta Pasta - Ave - Yogur					Krema - Arraina - Jogurta Crema - Pescado - Yogur					Patata - Arraultz - Jogurta Patata - Huevo - Yogur					Barazki - Haragi - Jogurta Verdura - Carne - Yogur				
15	Kcal	806	HC	74	16	Kcal	848	HC	102	17	Kcal	800	HC	110	18	Kcal	708	HC	69	19	Kcal	664	HC	89
Lip	43	Prot	28		Lip	36	Prot	32		Lip	25	Prot	39		Lip	28	Prot	47		Lip	21	Prot	33	
Barazki-menestra Albondigak txanpinoiekin Sasoiko fruta Menestra de verduras Albondigas con champiñones Fruta de temporada					Garbantzuk bertako barazkiekin Patata eta txorizo tortila labean entsaladarekin Sasoiko fruta Garbanzos con verduras locales Tortilla de patata y chorizo al horno con ensalada Fruta de temporada					Makarroiak bolognesa Izokina marinela saltsan Sasoiko fruta Macarrones bolognesa Salmon en salsa marinera Fruta de temporada					Bertako barazki-krema Txahal-gisatua barazki-saltsan Esnea Crema de verduras locales Guisado de ternera en salsa de verduras Leche					Porrusalda Oilasko-bularkia entsaladarekin Sasoiko fruta Purrusalda Pechuga de pollo con ensalada Fruta de temporada				
Arroza - Arraina - Esnekia Arroz - Pescado - Lácteo					Barazki - Arraina - Jogurta Verdura - Pescado - Yogur					Krema - Haragi - Jogurta Crema - Carne - Yogur					Pasta - Arraultz - Fruta Pasta - Huevo - Fruta					Zopa - Haragi - Jogurta Sopa - Carne - Yogur				
22	Kcal	764	HC	96	23	Kcal	717	HC	71	24					25					26				
Lip	26	Prot	39		Lip	24	Prot	55																
Indaba zuriak bertako barazkiekin Legatza barazki saltsan entsaladarekin Aihoria Alubias blancas con verduras locales Merluza en salsa de verduras con ensalada Natillas Krema - Arraultz - Fruta Crema - Huevo - Fruta					Porru eta ziazerba-krema Oilasko-izterra patatekin Sasoiko fruta Crema de puerros y espinacas Muslo de pollo con patatas Fruta de temporada Patata - Arraina - Esnekia Patata - Pescado - Lácteo					JAIA					JAIA					JAIA				
										FIESTA					FIESTA					FIESTA				
29					30					31														
JAIA					JAIA					JAIA														
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 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 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.

