

Astelehena / Lunes	Asteartea / Martes	Asteazkena / Miércoles	Osteguna / Jueves	Ostirala / Viernes
 Ekologikoa · Ecológico  Ogi integrala · Pan integral (1,6,10,11)  Animalia-proteina gabeko eguna · Día sin proteína animal Ogi eskaintza egongo da eskuragai egunero / Nuestros menús incluyen pan a diario (1,6,10,11) Alergenoen gida: 1-Glutena; 2-Krustazeoak; 3-Arrautza; 4-Arraina; 5-Kakahuetea; 6-Soja; 7- Esnekia; 8-Fruitu lehorra; 9-Apioa; 10-Ziapea; 11-Sesamoa; 12-Sulfitoak; 13-Altramuza; 14-Moluskua Guía de los alérgenos: 1-Gluten; 2-Crustáceos; 3-Huevo; 4-Pescado; 5-Cacahuete; 6-Soja; 7-Lácteo; 8-Frutos secos; 9-Apio; 10-Mostaza; 11-Sésamo; 12-Sulfitos; 13-Altramuz; 14-Moluscos 6 778Kcal - Prot:17g - Lip:23g - HC:122g . Kuitatxo krema  . Arroz tomate saltsan . Fruta . Crema de calabacín  . Arroz en salsa de tomate . Fruta 13 653Kcal - Prot:27g - Lip:46g - HC:123g . Kuia krema  . Patata eta kuitatxo tortila labean (3) . Fruta . Crema de calabaza  . Tortilla de patata y calabacín al horno . Fruta 20 755Kcal - Prot:13g - Lip:26g - HC:73g . Patata, tomate, azenaio, arto eta oliba entsalada . Bihi osoko barazki-paella . Fruta . Ensalada de patata, tomate, zanahoria, maíz y aceituna . Paella integral de verduras . Fruta 27 660Kcal - Prot:23g - Lip:25g - HC:57g . Azenario-krema . Legatza labean saltsa berdearekin (1,4,2,6,10,14) . Fruta . Crema de zanahoria . Merluza al horno en salsa verde . Fruta	7 724Kcal - Prot:36g - Lip:21g - HC:90g . Txitxirioak barazkiekin purean . Legatza labean saltsa berdearekin (1,4,2,6,10,14) . Fruta . Garbanzos con verduras en puré . Merluza al horno en salsa verde . Fruta 14 719Kcal - Prot:36g - Lip:21g - HC:84g . Babarrun gorriak barazkiekin purean . Bakailoa ajoarriero erara (4,2,14) . Fruta . Alubia pinta con verduras en puré . Bacalao al ajoarriero . Fruta 21 780Kcal - Prot:39g - Lip:27g - HC:88g . Dilistak barazkiekin purean (1) . Bakailo frijitua (1,3,4,2,6,10,14) . Fruta . Lentejas con verduras en puré . Bacalao frito con ensalada . Fruta 28 950Kcal - Prot:34g - Lip:42g - HC:93g . Babarrun txuriak azenarioarekin purean . Txahal albondigak labean barazki saltsarekin (1) . Fruta . Alubias blancas con zanahoria en puré . Albóndigas de ternera al horno en salsa de verduras . Fruta	1 888Kcal - Prot:36g - Lip:31g - HC:111g . Bihi osoko haragi-paella . Legatza arrautzeztatu frijitua (1,3,4,2,6,10,14) . Fruta . Paella integral de carnes . Merluza rebozada frita . Fruta  8 739Kcal - Prot:36g - Lip:32g - HC:69g . Pasta tomatearekin (1,3,6,10) . Patata eta tipula tortila labean (3) . Fruta . Pasta con tomate . Tortilla de patata y cebolla al horno . Fruta  15 831Kcal - Prot:49g - Lip:31g - HC:82g . Brokolia patatarekin purean . Oilasko-izterrak labean barazki saltsarekin . Fruta . Brócoli con patata en puré . Muslos de pollo al horno en salsa de verduras . Fruta  22 651Kcal - Prot:15g - Lip:27g - HC:78g . Porru-krema . Patata eta kuitatxo tortila labean (3) . Fruta . Crema de puerros . Tortilla de patata y calabacín al horno . Fruta  29 867Kcal - Prot:35g - Lip:36g - HC:97g . Makarroiak emmental erara (1,7,3,6,10) . Txerri xolomo birrineztatu frijitua piperradarekin (1,3) . Fruta . Macarrones al emmental . Lomo de cerdo empanado con piperrada . Fruta 	2 740 Kcal - Prot:17g - Lip:22g - HC:122g . Barazki menestra purean . Oilasko izterra labean piperradarekin . Jogurt naturala (7) . Menestra de verduras en puré . Muslo de pollo al horno con piperrada . Yogur natural 9 672Kcal - Prot:29g - Lip:41g - HC:39g . Ilarrak purean . Txahal hanburgesa labean barazki saltsarekin (1) . Zaporeetako jogurta (7) . Guisantes en puré Hamburguesa de ternera al horno en salsa de verduras . Yogur de sabores 16 770Kcal - Prot:29g - Lip:18g - HC:119g . Bihi osoko arroza tomatearekin . Legatza labean saltsa berdearekin (1,4,2,6,10,14) . Jogurt naturala (7) . Arroz integral con tomate . Merluza al horno en salsa verde . Yogur natural 23 842Kcal - Prot:47g - Lip:29g - HC:88g . Txitxirioak barazkiekin purean . Txahal hanburgesak labean barazki saltsarekin (1) . Jogurt naturala (7) . Garbanzos con verduras en puré . Hamburguesas de ternera al horno en salsa de verduras . Yogur natural 30 696Kcal - Prot:24g - Lip:32g - HC:69g . Ilarrak purean . Patata eta tipula tortila labean (3) . Jogurt naturala (7) . Guisantes en puré . Tortilla de patata y cebolla al horno . Yogur natural	3 938Kcal - Prot:36g - Lip:54g - HC:74g . Patatak errioxar erara purean (7,12) . Izokina labean maionesarekin (3,4,6) . Fruta . Patatas a la riojana en puré . Salmón al horno con mayonesa . Fruta  10 852Kcal - Prot:47g - Lip:30g - HC:90g . Dilistak barazkiekin purean (1) . Txerri xolomoa birrineztatu frijitua perretxikoekin (1,3) . Fruta . Lentejas con verduras en puré . Lomo de cerdo empanado frito con champiñones . Fruta  17 770Kcal - Prot:27g - Lip:41g - HC:67g . Lekak patatarekin purean . Urdaiazpiko eta gazta eskalope frijitua txip patataekin (1,3,7) . Fruta . Vainas con patata en puré . Montaditos de jamón y queso frito con patatas chip . Fruta  24 866Kcal - Prot:33g - Lip:38g - HC:89g . Barazki menestra purean . Txerri saltxitxa freskoak labean tomate saltsarekin (12,6,7) . Fruta . Menestra de verduras en puré . Salchichas frescas de cerdo al horno en salsa de tomate . Fruta  31 . JAI EGUNA . FIESTA