

Astelehena / Lunes	Asteartea / Martes	Asteazkena / Miércoles	Osteguna / Jueves	Ostirala / Viernes
<p>8 815Kcal - Prot:48g - Lip:34g - HC:73g</p> <p>. Dilistak barazkiekin (1) . Txerri xolomoa entsaladarekin . Fruta . Lentejas con verduras . Lomo de cerdo con ensalada . Fruta</p>	<p>9 843Kcal - Prot:44g - Lip:29g - HC:95g</p> <p>. Pasta tomatearekin (1,3,6,10) . Legatza saltsa berdean (1,2,4,6,14) . Fruta . Pasta con tomate . Merluza en salsa verde . Fruta</p>	<p>10 622Kcal - Prot:32g - Lip:32g - HC:56g</p> <p>. Lekak patatarekin . Txahal albondigak barazki saltsan (1,3,7) . Jogurt naturala (7) . Vainas con patata . Albóndigas de ternera en salsa de verduras . Yogur natural 🍌</p>	<p>11 700Kcal - Prot:28g - Lip:25g - HC:81g</p> <p>. Txixirioak barazkiekin . Patata tortila entsaladarekin (3) . Fruta . Garbanzos con verduras . Tortilla de patata con ensalada . Fruta</p>	<p>12 672Kcal - Prot:34g - Lip:26g - HC:51g</p> <p>. Kuia krema . Arrain urdina (2,4,14) . Fruta . Crema de calabaza . Pescado azul . Fruta 🍌</p>
<p>15 938Kcal - Prot:41g - Lip:56g - HC:62</p> <p>. Hegaluze marmitakoa (4,6) . Txerri saltxitxak entsaladarekin . Fruta . Marmitako de atún . Salchichas de cerdo con ensalada . Fruta</p>	<p>16 781Kcal - Prot:46g - Lip:27g - HC:82g</p> <p>. Haragi-paella . Oilasko bularkia perretxikoekin . Fruta . Paella de carnes . Pechugas de pollo con champiñones . Fruta</p>	<p>17 705Kcal - Prot:46g - Lip:24g - HC:60g</p> <p>. Babarrun txuriak azenarioarekin . Legatza erregosiarekin (2,4,14) . Fruta . Alubias blancas con zanahoria . Merluza con refrito . Fruta 🍌</p>	<p>18 586Kcal - Prot:20g - Lip:31g - HC:58g</p> <p>. Brokolia erregosiarekin . Arrautza nahasiak entsaladarekin (3) . Jogurt naturala (7) . Brócoli con refrito . Huevos revueltos con ensalada . Yogur natural</p>	<p>19 608Kcal - Prot:42g - Lip:28g - HC:39g</p> <p>. Entsalada mistoa (2,3,4,14) . Txahal eskalopea piperradarekin (1,3) . Fruta . Ensalada mixta . Escalope de ternera con piperrada . Fruta 🍌</p>
<p>22 972Kcal - Prot:44g - Lip:47g - HC:87g</p> <p>. Pasta hirugiharrarekin (1,3,6,10) . Hanburgesa mistoak barazki saltsan . Fruta . Pasta con beicon . Hamburguesas mixtas en salsa de verduras . Fruta</p>	<p>23 763Kcal - Prot:50g - Lip:24g - HC:79g</p> <p>. Dilistak barazkiekin (1) . Legatza saltsa berdean (1,2,4,6,14) . Fruta . Lentejas con verduras . Merluza en salsa verde . Fruta</p>	<p>24 650Kcal - Prot:27g - Lip:31g - HC:57g</p> <p>. Azalore krema . Urdaiazpiko eta gazta eskalopea (1,3,6,7) entsaladarekin . Fruta . Crema de coliflor . Montaditos de jamón y queso con ensalada . Fruta 🍌</p>	<p>25 710Kcal - Prot:39g - Lip:28g - HC:57g</p> <p>. Barazki menestra . Arrain urdina (2,4,14) . Etxeko natilak (1,3,7) . Menestra de verduras . Pescado azul . Natillas caseras</p>	<p>26 723Kcal - Prot:31g - Lip:26g - HC:57g</p> <p>. Babarrun gorriak barazkiekin . Patata tortila entsaladarekin (3) . Fruta . Alubias pintas con verduras . Tortilla de patata con ensalada . Fruta 🍌</p>
<p>29 650Kcal - Prot:25g - Lip:33g - HC:49g</p> <p>. Lekak patatarekin . Txahal albondigak barazki saltsan (1,3,7) . Fruta . Vainas con patata . Albóndigas de ternera en salsa de verduras . Fruta</p>	<p>30 650Kcal - Prot:26g - Lip:15g - HC:75g</p> <p>. Lekale krema . Arroza tomatearekin . Fruta . Crema de legumbres . Arroz con tomate . Fruta 🍌</p>			

🍌 Ogi integrala · Pan integral (1,6) 💧 Freskoa · Fresco

🍌 Animalia-proteina gabeko eguna · Día sin proteína animal

Ogi eskaintza egongo da eskuragai egunero / Nuestros menús incluyen pan a diario (1,6)

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-Altramuz; 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