

Astelehena / Lunes Asteartea / Martes Asteazkena / Miércoles Osteguna / Jueves Ostirala / Viernes

1 722Kcal - Prot:22g - Lip:45g - HC:52g

- . Kuiatxo krema
- . Txerri saltxitxa freskoak entsaladarekin (12)
- . Fruta
- . Crema de calabacín
- . Salchichas de cerdo frescas con ensalada
- . Fruta

2 625Kcal - Prot:29g - Lip:27g - HC:60g

- . Barazki menestra
- . Txahal hanburgesa barazki saltsan
- . Fruta
- . Menestra de verduras
- . Hamburguesa de ternera en salsa de verduras
- . Fruta

3 715Kcal - Prot:44g - Lip:24g - HC:82g

- . Txitxirioak barazkiekin
- . Legatza erregosiarekin (4,2,14)
- . Jogurt naturala (7)
- . Garbanzos con verduras
- . Merluza con refrito
- . Yogur natural

4 600Kcal - Prot:24g - Lip:23g - HC:67g

- . Brokolia erregosiarekin
- . Patata tortila entsaladarekin (3)
- . Fruta
- . Brócoli con refrito
- . Tortilla de patata con ensalada
- . Fruta

5 821Kcal - Prot:48g - Lip:42g - HC:55g

- . Arroza entsalada(3,4,2,14)
- . Oilasko izterra piperrekin
- . Fruta
- . Ensalada de arroz
- . Muslo de pollo con pimientos
- . Fruta

8 841Kcal - Prot:36g - Lip:34g - HC:92g

- . Pasta hirugiharrarekin (1,6,3,10)
- . Txahal albondigak barazki saltsan (1)
- . Fruta
- . Pasta con beicon
- . Albóndigas de ternera en salsa de verduras
- . Fruta

9 763Kcal - Prot:50g - Lip:24g - HC:79g

- . Dilistak barazkiekin (1)
- . Legatza salta berdean (1,4,2,14,6,10)
- . Fruta
- . Lentejas con verduras
- . Merluza en salsa verde
- . Fruta

10 600Kcal - Prot:31g - Lip:23g - HC:60g

- . Babarrun txuriak azenarioarekin
- . Bakailoz eginiko arrautza nahaskia entsaladarekin (3,4,2,14)
- . Fruta
- . Alubias blancas con zanahoria
- . Revuelto de huevo y bacalao con ensalada
- . Fruta

11 650Kcal - Prot:28g - Lip:27g - HC:57g

- . Lekak patatarekin
- . Indioilar erregosia barazkiekin
- . Jogurt naturala (7)
- . Vainas con patata
- . Estofado de pavo con verduras
- . Yogur natural

12 705Kcal - Prot:46g - Lip:24g - HC:60g

- . Kuia krema
- . Oilasko pipitak entsaladarekin (1,3,6,7,2,4,9,10,12,14)
- . Fruta
- . Crema de calabaza
- . Nuggets de pollo con ensalada
- . Fruta

15 748Kcal - Prot:33g - Lip:35g - HC:156g

- . Porrupatata
- . Bihi osoko arroza tomatearekin
- . Fruta
- . Porrupatata
- . Arroz integral con tomate
- . Fruta

16 608Kcal - Prot:42g - Lip:28g - HC:39g

- . Entsalada mistoa (3,4,2,14)
- . Urdaiazpiko eta gazta eskaloepa txip patatekin (1,3,7)
- . Pasteltxo (1,3,7,6,10)
- . Ensalada mixta
- . Montaditos de jamón y queso con patatas chips
- . Pastelito

17 737Kcal - Prot:42g - Lip:36g - HC:55g

- . Ilarrak patatarekin
- . Arrain urdina entsaladarekin (2,4,14)
- . Fruta
- . Guisantes con patata
- . Pescado azul con ensalada
- . Fruta

18 800Kcal - Prot:24g - Lip:31g - HC:100g

- . Pasta tomatearekin (1,3,6,10).
- . Patata tortila entsaladarekin (3)
- . Fruta
- . Pasta con tomate
- . Tortilla de patata con ensalada
- . Fruta

19 650Kcal - Prot:29g - Lip:28g - HC:65g

- . Lekale krema (1)
- . Urdaiazpiko kroketak entsaladarekin (1,7,12,2,3,4,5,6,8,9,10,11,13,14)
- . Fruta
- . Crema de legumbres
- . Croquetas de jamón con ensalada
- . Fruta

Ogi integrala · Pan integral (1,6,10)

Freskoa · Fresco

Animalia-proteina gabeko eguna

Día sin proteína animal

Ogi eskaintza egongo da eskuragai egunero

Nuestros menús incluyen pan a diario (1,6,10)



Zenbaki beltzean: platerak dituen alergenokoak. / Beltzean ez dagoen zenbakia: platerak izan ditzazkeen alergenoen trazak.

En número negro: alérgenos que contiene el plato. / En número no negro: trazas de alérgenos que puede contener el plato.

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