

Astelehena / Lunes	Asteartea / Martes	Asteazkena / Miércoles	Osteguna / Jueves	Ostirala / Viernes
1 722Kcal - Prot:22g - Lip:45g - HC:52g <ul style="list-style-type: none"> . 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 <ul style="list-style-type: none"> . 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 <ul style="list-style-type: none"> . 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 <ul style="list-style-type: none"> . Brokolia erregosiarekin . Patata tortila entsaladarekin (3) . Fruta . Brócoli con refrito . Tortilla de patata con ensalada . Fruta 	5 821Kcal - Prot:48g - Lip:42g - HC:55g <ul style="list-style-type: none"> . 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 <ul style="list-style-type: none"> . Gluten gabeko pasta hirugiharrarekin (6) . Txahal hanburgesa barazki saltsan . Fruta . Pasta sin gluten con beicon . Hamburguesa de ternera en salsa de verduras . Fruta 	9 763Kcal - Prot:50g - Lip:24g - HC:79g <ul style="list-style-type: none"> . Arroza tomatearekin . Legatza labean erregosiarekin (4,2,10) . Fruta . Arroz con tomate . Merluza al horno con refrito . Fruta 	10 600Kcal - Prot:31g - Lip:23g - HC:60g <ul style="list-style-type: none"> . 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 <ul style="list-style-type: none"> . 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 <ul style="list-style-type: none"> . Kuia krema . Oilasko bularkia entsaladarekin . Fruta . Crema de calabaza . Pechuga de pollo con ensalada . Fruta
15 748Kcal - Prot:33g - Lip:35g - HC:156g <ul style="list-style-type: none"> . Porrupatata . Bihi osoko arroza tomatearekin . Fruta . Porrupatata . Arroz integral con tomate . Fruta 	16 608Kcal - Prot:42g - Lip:28g - HC:39g <ul style="list-style-type: none"> . Entsalada mistoa (3,4,2,14) . Oilasko bularkia txip patatekin . Galletatxoak (6) . Ensalada mixta . Pechuga de pollo con patatas chips . Galletitas 	17 737Kcal - Prot:42g - Lip:36g - HC:55g <ul style="list-style-type: none"> . 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 <ul style="list-style-type: none"> . Gluten gabeko pasta tomatearekin . Patata tortila entsaladarekin (3) . Fruta . Pasta sin gluten con tomate . Tortilla de patata con ensalada . Fruta 	19 650Kcal - Prot:29g - Lip:28g - HC:65g <ul style="list-style-type: none"> . Barazki krema . Txerri xolomoa entsaladarekin . Fruta . Crema de verduras . Lomo de cerdo con ensalada . Fruta

 Freskoa · Fresco

 Animalia-proteina gabeko eguna

Día sin proteína animal

Glluten gabeko ogi eskaintza egongo da eskuragai egunero

Nuestros menús incluyen pan sin gluten a diario (3)



OPORRAK
VACACIONES

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