



ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
				1 Kcal 606 HC 66 Lip 23 Prot 36 Barazki menestra Txahal xerra ogi arrailtan pasatua piper gorriekin Jogurta Menestra de verduras Filete de ternera empanado con pimientos rojos Yogur
				Arroza - Arraultz - Fruta Arroz - Huevo - Fruta
4 Kcal 746 HC 77 Lip 38 Prot 27 Porrusalda krema Hanburgesa ketchuparekin Jogurta Crema de purrusalda Hamburguesa con ketchup Yogur	5 Kcal 956 HC 109 Lip 38 Prot 48 Espagetiak italiar erera Txerri giarra ogi arrailtan pasatua entsaladarekin Fruta freskoa Espaguetis italiana Guiarra de cerdo empanada con ensalada Fruta fresca	6	7	8
Arroza - Arraina - Fruta Arroz - Pescado - Fruta	Barazki - Arraultz - Yogurra Verdura - Huevo - Yogur	JAIA FIESTA	JAIA FIESTA	JAIA FIESTA
11 Kcal 755 HC 85 Lip 33 Prot 30	12 Kcal 849 HC 117 Lip 21 Prot 54	13 Kcal 776 HC 71 Lip 45 Prot 28	14 Kcal 730 HC 87 Lip 22 Prot 48	15 Kcal 839 HC 115 Lip 28 Prot 37
Patata gisatuak Huevos fritos con ensalada Jogurta Patatas guisadas Huevos fritos con ensalada Yogur	Indaba zuriak barazkiekin Hegalaburra tomatearekin Fruta freskoa Alubias blancas con verduras Atun con tomate Fruta fresca	Barazki krema Albondigak saltsan jardinera erera Gazta txikia "la vaca que rie" Crema de verduras Albondigas a la jardinera Quesitos la vaca que rie	Garbantzuak barazkiekin Oilasko petxuga entsaladarekin Fruta freskoa Garbanzos con verduras Pechuga de pollo con ensalada Fruta fresca	Paella mixtoa Legatz arrautzaztatua mahonesarekin Fruta freskoa Paella mixta Merluza a la romana con mahonesa Fruta fresca
Barazki - Arraina - Fruta Verdura - Pescado - Fruta	Zopa - Haragi - Yogurra Sopa - Carne - Yogur	Patata - Arraultz - Fruta Patata - Huevo - Fruta	Barazki - Arraina - Yogurra Verdura - Pescado - Yogur	Barazki - Hegazti - Esnekia Verdura - Ave - Lácteo
18 Kcal 699 HC 91 Lip 28 Prot 20	19 Kcal 814 HC 92 Lip 33 Prot 42	20 Kcal 836 HC 109 Lip 24 Prot 52	21 Kcal 614 HC 80 Lip 18 Prot 37	22 Kcal 885 HC 87 Lip 36 Prot 55
Lekak patatekin Oilasko kroketak entsaladarekin Fruta freskoa Vainas con patatas Croquetas de pollo con ensalada Fruta fresca	Dilista erregosiak York urdaiazpikozko frantses tortila entsaladarekin Fruta ur-zukuetan Lentejas estofadas Tortilla francesa con jamon york y ensalada Fruta en almibar	Karakolilloak karbonara erera Bakailaoa arrautzaztatua piper gorriekin Edateko yogurra Caracolillos carbonara Bacalao a la romana con pimientos rojos Yogur bebible	Fideo zopa Txahal xerra birrineztatua goarnizioarekin Fruta freskoa Sopa de fideo Filete de ternera empanado con guarnicion Fruta fresca	Porru eta espinaka krema ogi txigortuarekin Oilasko izterra entsaladarekin Postre berezia Crema de puerros y espinacas con picatostes Muslo de pollo con ensalada Postre especial
Zopa - Arraina - Yogurra Sopa - Pescado - Yogur	Krema - Haragi - Yogurra Crema - Carne - Yogur	Barazki - Arraultz - Fruta Verdura - Huevo - Fruta	Barazki - Hegazti - Esnekia Verdura - Ave - Lácteo	Arroza - Arraina - Fruta Arroz - Pescado - Fruta
25	26	27	28	29
JAIA FIESTA	JAIA FIESTA	JAIA FIESTA	JAIA FIESTA	JAIA FIESTA

Gomendatutako afaria
Cena recomendada

Karbono aztarna baxuko menua
Menú bajo en huella de carbono

Produktu ekologikodun menua
Menú con productos ecológicos

Menu basalarekiko plater desberdina
Plato distinto al menú basal

Bertoko produktudun menua
Menú con productos locales

OHARRA Menuekin batera datorren elikadurari buruzko informazioa, 12 urteko umeen razio eta nutrizio-beharrak kontuan izanda kalkulatuta dago, menuan eskainitako 40 gramoko ogi razio egunean barne.

NOTA La información nutricional que acompaña a los menús, está calculada atendiendo al racionado y necesidades nutricionales de niños de 12 años, incluyendo los 40 g. de pan ofrecidos con el menú.