















ekaina - junio 2024



ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
3 Kcal 695 HC 81 Lip 21 Prot 46 Dilistak bertako barazkiekin Izokina saltsa berdean Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Salmon en salsa verde Fruta de temporada	4 Kcal 705 HC 87 Lip 32 Prot 20 Bertako kalabaza-krema Patata tortila labean entsaladarekin Edateko jogurta Crema de calabaza local Tortilla de patata al horno con ensalada Yogur bebible	5 Kcal 721 HC 98 Lip 16 Prot 50 Indaba zuriak bertako barazkiekin Solomo ontzutua lekekin Sasoiko fruta Alubias blancas con verduras locales Lomo adobado con judias verdes Fruta de temporada	6 Kcal 660 HC 90 Lip 15 Prot 43  Porrusalda Indioilar gisatua jardinera erara Flana Purrusalda Pavo guisado a la jardinera Flan	7 Kcal 796 HC 122 Lip 19 Prot 39  Arroza tomatearekin Bakailaoa arrautzatzatua entsaladarekin Sasoiko fruta Arroz con tomate Bacalao a la romana con ensalada Fruta de temporada
Zopa - Arraultz - Jogurta Sopa - Huevo - Yogur 10 Kcal 802 HC 73 Lip 42 Prot 29   Lekak patatekin Txerri eta txahal hanburgesa entsaladarekin Sasoiko fruta Vainas con patatas Hamburguesa de vacuno y cerdo con ensalada Fruta de temporada	Arroza - Arraina - Fruta Arroz - Pescado - Fruta 11 Kcal 670 HC 91 Lip 16 Prot 41 Dilistak bertako barazkiekin Legatza marinela saltsan Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Merluza en salsa marinera Fruta de temporada	Krema - Arraina - Jogurta Crema - Pescado - Yogur   12 Kcal 697 HC 76 Lip 25 Prot 46 Barazki-krema Txahal-gisatua barazki-saltsan Jogurta Crema de verduras Guisado de ternera en salsa de verduras Yogur	Entsalada - Arraina - Fruta Ensalada - Pescado - Fruta 13 Kcal 901 HC 105 Lip 40 Prot 34 Indaba gorriak bertako barazkiekin Patata eta hegalabur tortila labean entsaladarekin Sasoiko fruta Alubias rojas con verduras locales Tortilla de patata y atun al horno con ensalada Fruta de temporada	Barazki - Haragi - Jogurta Verdura - Carne - Yogur  14 Kcal 889 HC 124 Lip 36 Prot 26 Haragi-paella Urdaiazpiko kroketak entsaladarekin Gazta txikia Paella de carne Croquetas de jamon con ensalada Quesitos
Arroza - Arraultz - Jogurta Arroz - Huevo - Yogur 17 Kcal 671 HC 78 Lip 23 Prot 41 Hegazt-zopa fideo integralekin Abadira arrautzatzatua piper gorriekin Edateko jogurta Sopa de ave con fideos integrales Abadejo a la romana con pimientos rojos Yogur bebible	Zopa - Arraina - Jogurta Sopa - Pescado - Yogur  18 Kcal 754 HC 84 Lip 33 Prot 15 Barazki-menestra Hegazti-albondigak patata frijituekin Sasoiko fruta Menestra de verduras Albondigas de ave con patatas fritas Fruta de temporada	Entsalada - Arraultz - Fruta Ensalada - Huevo - Fruta 19 Kcal 790 HC 121 Lip 21 Prot 34 Arroza tomatearekin Izokina meniere erara Sasoiko fruta Arroz con tomate Salmon meniere Fruta de temporada	Krema - Hegazti - Jogurta Crema - Ave - Yogur 20 Kcal 848 HC 102 Lip 36 Prot 32 Garbantzuak bertako barazkiekin Patata eta txorizo tortila labean entsaladarekin Sasoiko fruta Garbanzos con verduras locales Tortilla de patata y chorizo al horno con ensalada Fruta de temporada	Barazki - Arraina - Fruta Verdura - Pescado - Fruta  21 Kcal 770 HC 102 Lip 26 Prot 33 Bertako kalabaza-krema Oilasko-bularkia entsaladarekin Postre berezia Crema de calabaza local Pechuga de pollo con ensalada Postre especial
Barazki - Arraina - Fruta Verdura - Pescado - Fruta 24 Kcal 845 HC 129 Lip 31 Prot 23   Makarroiak tomatearekin Hegaluze-enpanadillak entsaladarekin Sasoiko fruta Macarrones con tomate Empanadillas de bonito con ensalada Fruta de temporada	Arroza - Arraultz - Esnekia Arroz - Huevo - Lácteo 25 Kcal 865 HC 109 Lip 33 Prot 38 Haragi-paella Txerri-burua patata frijituekin Sasoiko fruta Paella de carne Cabezada de cerdo con patatas fritas Fruta de temporada	Krema - Hegazti - Esnekia Crema - Ave - Lácteo 26 Kcal 646 HC 72 Lip 33 Prot 21 Bertako kalabaza-krema Patata tortila labean entsaladarekin Gazta txikia Crema de calabaza local Tortilla de patata al horno con ensalada Quesitos	Entsalada - Arraina - Jogurta Ensalada - Pescado - Yogur 27 Kcal 767 HC 85 Lip 17 Prot 69 Dilistak bertako barazkiekin Olasko-urdaiazpikoak labean txanpinoiekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Jamoncitos al horno con champiñones Fruta de temporada	Pasta - Arraina - Fruta Pasta - Pescado - Fruta  28 Kcal 829 HC 91 Lip 34 Prot 43 Patatak errioxar erara Legatza arrautzatzatua entsaladarekin Jogurta Patatas a la riojana Merluza a la romana con ensalada Yogur
Zopa - Arraultz - Jogurta Sopa - Huevo - Yogur	Entsalada - Haragi - Fruta Ensalada - Carne - Fruta	Krema - Hegazti - Fruta Crema - Ave - Fruta	Patata - Arraina - Jogurta Patata - Pescado - Yogur	Barazki - Arraina - Fruta Verdura - Pescado - Fruta