



Astelehena Asteartea Asteazkena Osteguna Ostirala

--	--	--	--	--


















<p>7 Cal. 887 H.C. 111 Lip. 36 P. 34</p> <p>ESPIRALAK TOMATEAREKIN HANBURGESAK SALTSAN BARAZKITXOEKIN MERTXIKA ALMIBARREAN OGIA</p>	<p>8 Cal. 834 H.C. 106 Lip. 39 P. 19</p> <p>LEKAK PATATEKIN ATUN ENPANADILLAK • URAZA 🇪🇺 FRUTA OGIA</p>	<p>9 Cal. 740 H.C. 137 Lip. 15 P. 22</p> <p>ARROZA OILASKO ETA CURRYAREKIN 🇪🇺 BARAZKI PUREA AKTIMELA OGIA</p>	<p>10 Cal. 956 H.C. 111 Lip. 27 P. 73</p> <p>BABARRUN NABARRAK BAKAILAOA ERRIOXAKO ERARA FRUTA OGIA</p>	<p>11 Cal. 688 H.C. 88 Lip. 22 P. 40</p> <p>PATATAK ERRIOXAKO ERARA OILASKO IZTER ERREA • BARRENGORRIAK JOGURTA 🇪🇺 OGIA</p>
<p>14 Cal. 753 H.C. 79 Lip. 35 P. 33</p> <p>ARRAIN ZOPA ERRUSIAR TXAHAL XERRA SALTSAN PATATEKIN JOGURTA 🇪🇺 OGIA</p>	<p>15 Cal. 1008 H.C. 148 Lip. 40 P. 23</p> <p>ARROZA TOMATEAREKIN GRANADEROA OGI ARRAILETAN PASATUTA • MAIONESA FRUTA OGIA</p>	<p>16 Cal. 1048 H.C. 72 Lip. 66 P. 47</p> <p>DILISTAK TXERRI SALTIXTA FRESKOAK • KETCHUPA GAZTATXOA OGIA</p>	<p>17 Cal. 814 H.C. 96 Lip. 37 P. 28</p> <p>BARAZKI PUREA PATATA TORTILA • TOMATE FRESKOA 🇪🇺 JOGURTA 🇪🇺 OGIA</p>	<p>18 Cal. 810 H.C. 98 Lip. 27 P. 49</p> <p>BABARRUN ZURIAK OILASKO XERRA OGI ARRAILETAN PASATUTA • URAZA 🇪🇺 FRUTA OGIA</p>
<p>21 Cal. 790 H.C. 93 Lip. 30 P. 41</p> <p>PATATAK SAL TSA BERDEAN TXERRI SOLOMO FRESKOA OGI ARRAILETAN PASATUTA • PIPER BERDEA ETXEKO NATILLAK 🌾 OGIA</p>	<p>22 Cal. 885 H.C. 113 Lip. 37 P. 30</p> <p>TXITXIRIOAK SAN JAKOBOA • URAZA 🇪🇺 IZOKIA ONTZIAN OGIA</p>	<p>23 Cal. 881 H.C. 120 Lip. 31 P. 37</p> <p>KIRIBILAK TOMATE ETA GAZTAREKIN LEGATZ SOLOMOA LABEAN • PANADERA PATATA FRUTA OGIA</p>	<p>24 Cal. 925 H.C. 152 Lip. 26 P. 30</p> <p>ILARRAK FRANTZIAR ERARA OILASKO PAELLA FRUTA OGIA</p>	<p>25 Cal. 583 H.C. 77 Lip. 13 P. 43</p> <p>HEGAZTI ETA ELTZEKO ZOPA IZARREKIN INDIOLAR GISATUA • BARRENGORRIAK FRUTA OGIA</p>
<p>28 Cal. 779 H.C. 84 Lip. 35 P. 37</p> <p>AZALOREA PATATEKIN TXAHAL XERRA OGI ARRAILETAN PASATUTA • URAZA 🇪🇺 FRUTA OGIA</p>	<p>29 Cal. 1046 H.C. 118 Lip. 55 P. 27</p> <p>ARROZA TOMATEAREKIN 🇪🇺 ARRAUTZA FRIJITUAK HIRUGIHARRAREKIN JOGURTA OGIA</p>	<p>30 Cal. 820 H.C. 86 Lip. 37 P. 41</p> <p>DILISTAK LEGATZ XERRA ERROMAKO ERARA • MAIONESA JOGURTA 🇪🇺 OGIA</p>	<p>31 Cal. 766 H.C. 123 Lip. 20 P. 29</p> <p>MARMITAKOA ZERBA PUREA FRUTA OGIA</p>	


Produkto lokala 🇪🇺
Lehengai ekologikoa 🌿
Sukaldean sukaldatuak 🍴
Gantz saturatu gutxiko menua 🍏


*Astean bi aldiz ogia integrala izango da 







Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>7 KCal. 887 H.C. 111 Lip. 36 P. 34</p> <p>ESPIRALES CON TOMATE HAMBURGUESAS EN SALSA CON VERDURITAS MELOCOTON EN ALMIBAR PAN</p>	<p>8 KCal. 834 H.C. 106 Lip. 39 P. 19</p> <p>JUDIAS VERDES CON PATATAS EMPANADILLAS DE ATUN • LECHUGA  FRUTA PAN</p>	<p>9 KCal. 740 H.C. 137 Lip. 15 P. 22</p> <p>ARROZ CON POLLO AL CURRY  PURE DE VERDURAS ACTIMEL PAN </p>	<p>10 KCal. 956 H.C. 111 Lip. 27 P. 73</p> <p>ALUBIAS PINTAS BACALAO A LA RIOJANA FRUTA PAN</p>	<p>11 KCal. 688 H.C. 88 Lip. 22 P. 40</p> <p>PATATAS A LA RIOJANA MUSLO DE POLLO ASADO • CHAMPIÑONES YOGUR  PAN</p>
<p>14 KCal. 753 H.C. 79 Lip. 35 P. 33</p> <p>SOPA DE PESCADO FILETE RUSO DE TERNERA EN SALSA CON PATATAS YOGUR  PAN</p>	<p>15 KCal. 1008 H.C. 148 Lip. 40 P. 23</p> <p>ARROZ CON TOMATE GRANADERO EMPANADO • MAHONESA FRUTA PAN</p>	<p>16 KCal. 1048 H.C. 72 Lip. 66 P. 47</p> <p>LENTEJAS SALCHICHAS DE CERDO FRESCAS • KETCHUP QUESITO PAN</p>	<p>17 KCal. 814 H.C. 96 Lip. 37 P. 28</p> <p>PURE DE VERDURAS TORTILLA DE PATATAS • TOMATE FRESCO  YOGUR  PAN </p>	<p>18 KCal. 810 H.C. 98 Lip. 27 P. 49</p> <p>ALUBIAS BLANCAS FILETE DE POLLO EMPANADO • LECHUGA  FRUTA PAN</p>
<p>21 KCal. 790 H.C. 93 Lip. 30 P. 41</p> <p>PATATAS EN SALSA VERDE LOMO DE CERDO FRESCO EMPANADO • PIMIENTO VERDE NATILLA CASERA  PAN</p>	<p>22 KCal. 885 H.C. 113 Lip. 37 P. 30</p> <p>GARBANZOS SAN JACOBO • LECHUGA  VASITO DE HELADO PAN</p>	<p>23 KCal. 881 H.C. 120 Lip. 31 P. 37</p> <p>CARACOLILLOS CON TOMATE Y QUESO LOMO DE MERLUZA AL HORNO • PATATA PANADERA FRUTA PAN</p>	<p>24 KCal. 925 H.C. 152 Lip. 26 P. 30</p> <p>GUISANTES A LA FRANCESA PAELLA DE POLLO FRUTA PAN </p>	<p>25 KCal. 583 H.C. 77 Lip. 13 P. 43</p> <p>SOPA DE AVE Y COCIDO CON ESTRELLAS GUISADO DE PAVO • CHAMPIÑONES FRUTA PAN</p>
<p>28 KCal. 779 H.C. 84 Lip. 35 P. 37</p> <p>COLIFLOR CON PATATAS FILETE DE TERNERA EMPANADO • LECHUGA  FRUTA PAN</p>	<p>29 KCal. 1046 H.C. 118 Lip. 55 P. 27</p> <p>ARROZ CON TOMATE  HUEVOS FRITOS CON BACON YOGUR  PAN</p>	<p>30 KCal. 820 H.C. 86 Lip. 37 P. 41</p> <p>LENTEJAS FILETE DE MERLUZA A LA ROMANA • MAHONESA YOGUR  PAN</p>	<p>31 KCal. 766 H.C. 123 Lip. 20 P. 29</p> <p>MARMITAKO PURE DE ACELGAS FRUTA PAN </p>	

Producto local 

Ingrediente ecológico 

Plato casero 

Menú bajo en grasas saturadas 

*Dos veces a la semana habrá pan integral 



*Nota: Los datos proporcionados a través de la valoración nutricional son orientativos y se basan en fuentes bibliográficas, refiriéndose a niños de 12 años de edad. El menú escolar debe proporcionar el 30-35% de la energía necesaria para los niños. Sin embargo, las necesidades nutricionales de cada persona pueden ser mayores o menores dependiendo del sexo y la actividad física..