



# MENU SEPTIEMBRE



Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
7 Arroz blanco con tomate Huevos fritos con salchichas de pavo Fruta de temporada	8 Lentejas con verduras San Jacobos caseros con puré de patata Fruta de temporada	9 Ensalada de pasta Pechugas de pavo albardadas con pimientos Fruta de temporada	10 Alubias blancas con chorizo y costilla Filete de merluza a la romana con limón Fruta de temporada	11 Ensalada mixta Escalope Vienesas con pimientos rojos Yogurt
Kkal: 669 Prot: 55,3 Lip: 28,7 H.C: 79,6	Kkal: 597 Prot: 23,5 Lip: 14 H.C: 48,4	Kkal: 526 Prot: 25,2 Lip: 34,5 H.C: 67,5	Kkal: 641 Prot: 38,2 Lip: 21,7 H.C: 53,7	Kkal: 550 Prot: 27,1 Lip: 139 H.C: 19,4
14 Espaguetis al ajillo Lomo de cerdo con pimientos Fruta de temporada	15 Alubias rojas con verduras Tortilla de bonito con brocoli Fruta de temporada	16 Paella mixta Merluza al horno con pimientos Arroz con leche casero	17 Crema de verduras Croquetas caseras de jamón Fruta de temporada	18 Garbanzos con chorizo y costilla Pollo al ajillo Helado
Kkal: 610 Prot: 30 Lip: 34,8 H.C: 88,8	Kkal: 439 Prot: 29,5 Lip: 20,8 H.C: 50,6	Kkal: 603 Prot: 30,4 Lip: 27 H.C: 68,8	Kkal: 593 Prot: 16,2 Lip: 32,2 H.C: 55	Kkal: 553 Prot: 21,3 Lip: 28,2 H.C: 53,8
21 Arroz tres delicias Bacalao al horno con piperrada Fruta de temporada	22 Alubias blancas con chorizo y costilla San Jacobos caseros con ensalada Fruta de temporada	23 Macarrones con queso y bacón Chuletas de cerdo con pimientos rojos Yogurt	24 Lentejas con verduras Tortilla de patatas con ensalada Fruta de temporada	25 Melón con jamón Hamburguesa casera de ternera con tomate Yogurt
Kkal: 478 Prot: 16,7 Lip: 27,1 H.C: 68	Kkal: 613 Prot: 23,7 Lip: 14,1 H.C: 46,5	Kkal: 808 Prot: 42,9 Lip: 50,3 H.C: 56,5	Kkal: 561 Prot: 20,3 Lip: 23,8 H.C: 61,4	Kkal: 579 Prot: 30,8 Lip: 14,7 H.C: 26,5
28 Espaguetis a la boloñesa Tortilla de jamón con ensalada Fruta de temporada	29 Garbanzos con chorizo y costilla Salchichas de pavo con vainas salteadas Fruta de temporada	30 Arroz con gambas y chipirones Merluza en salsa verde Flan de la casa		
Kkal: 576 Prot: 78 Lip: 20,9 H.C: 67,4	Kkal: 400 Prot: 21,9 Lip: 28,4 H.C: 49,3	Kkal: 687 Prot: 76 Lip: 43,8 H.C: 64,1		

- Todos nuestros platos incluidos hamburguesas, albóndigas, croquetas y san jacobos se elaboran en el día empleando para ello las mejores materias primas.
- El arroz con leche y flanes son elaborados en nuestras cocinas de manera totalmente artesanal.
- Cada trimestre ofrecemos la posibilidad de elegir frutas de temporada junto con pera, manzana y plátano que se dan a elegir todo el año.
- Nuestra empresa al igual que todos nuestros proveedores, disponen de registro sanitario y plan de calidad para garantizar la calidad y seguridad en nuestras elaboraciones.
- Los valores nutricionales de los platos son estimativos.





# IRAILAKO MENUA



Astelehena	Asteartea	Asteazkena	Osteguna	Ostirala
7 Arroz zuria tomatearekin Arraultz frijitua saltxitxekin Sasoiko fruta	8 Erregositako dilistak San Jakoboak patata purearekin Sasoiko fruta	9 Pasta entsalada Indioilar bularkiak piperrekin Sasoiko fruta	10 Babarrun zuriak txorizo eta saiheskiarekin Legatza erromara limoiarekin Sasoiko fruta	11 Entsalada mistoa Escalopea Vienarra gorritz piperrekin Jogurta
Kkal: 669 Prot: 55 Lip: 29 H.C: 80	Kkal: 597 Prot: 24 Lip: 14 H.C: 48	Kkal: 526 Prot: 25 Lip: 35 H.C: 67,5	Kkal: 641 Prot: 38 Lip: 22 H.C: 54	Kkal: 550 Prot: 27 Lip: 139 H.C: 19
14 Espagetiak baratxuritan Txerri solomoa piperrekin Sasoiko fruta	15 Babarrun gorriak barazkiekin Hegaluze tortila brocolarekin Sasoiko fruta	16 Paela mistoa Labean egindako legatza piperrekin Arrozesnea	17 Barazki krema Urdaiazpiko krocketak Sasoiko fruta	18 Garbantzuak txorizo eta saiheskiarekin Oilasko baratxuritan Izozkia
Kkal: 610 Prot: 30 Lip: 35 H.C: 89	Kkal: 439 Prot: 30 Lip: 21 H.C: 51	Kkal: 603 Prot: 30 Lip: 27 H.C: 68,8	Kkal: 593 Prot: 16 Lip: 32 H.C: 55	Kkal: 553 Prot: 21 Lip: 28 H.C: 54
21 Arroza hiru gustuetara Labean egindako bakailaoa piperradarekin Sasoiko fruta	22 Babarrun zuriak txorizo eta saiheskiarekin San Jakoboak entsaladarekin Sasoiko fruta	23 Makarroi gazta eta bakoiarekin Txerri txuletak pikili gorritz piperrekin Jogurta	24 Erregositako dilistak Patata tortila entsaladarekin Sasoiko fruta	25 Meloia urdaiazpikoarekin Txahal hamburgesa tomatearekin Jogurta
Kkal: 478 Prot: 17 Lip: 27 H.C: 68	Kkal: 613 Prot: 24 Lip: 14 H.C: 47	Kkal: 808 Prot: 43 Lip: 50 H.C: 56,5	Kkal: 561 Prot: 20 Lip: 24 H.C: 61	Kkal: 579 Prot: 31 Lip: 15 H.C: 26
28 Espagetiak bolonesara Urdaiazpikoz tortila entsaladarekin Sasoiko fruta	29 Garbantzuak txorizo eta saiheskiarekin Indioilarko saltxitxak salteatutako lekakin Sasoiko fruta	30 Arroza ganbak eta txipiroiekin Legatza berde salsan Etxeko flana		
Kkal: 576 Prot: 78 Lip: 21 H.C: 67	Kkal: 400 Prot: 22 Lip: 28 H.C: 49	Kkal: 687 Prot: 76 Lip: 44 H.C: 64,1		

- Gure plater guztiak hamburgesak, albondigak, krocketak eta san jakoboak barne egunean bertan prestatzen dira lehengai onenak erabiliz.
- Arroz-esnea eta flanak artisau eran egiten dira gure sukaldeetan.
- Hiruhilabeteka sasoiko frutak aukeratzeko posibilitatea eskeintzen dugu, urte guztian zehar ematen diren frutekin batera, madaria, sagarra eta banana.
- Bai gure enpresek, bai gure hornitzaileek, osasun-erregistro eta kalitate plan bat daukate gure elaborazioen kalitatea eta segurtasuna bermatzeko asmoz.





# MENU SEPTIEMBRE

2 años



Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
7 Arroz blanco con tomate Salchichas de pavo Yogurt	8 Crema de lentejas San Jacobos caseros Yogurt liquido	9 Macarrones con chorizo y tomate Pechugas de pollo a la plancha Fruta natural triturada con yogurt	10 Crema de alubias blancas Filete de merluza plancha con limon Yogurt	11 Crema de verduras Escalope Viena con pimientos rojos Fruta natural triturada con yogurt
Kkal: 475 Prot: 20,3 Lip: 30,3 H.C: 59,7	Kkal: 639 Prot: 30,3 Lip: 19,4 H.C: 37,7	Kkal: 526 Prot: 20,2 Lip: 29,6 H.C: 75,6	Kkal: 640 Prot: 42,5 Lip: 24,8 H.C: 43	Kkal: 535 Prot: 25,1 Lip: 29,7 H.C: 37,6
14 Espaguetis a la boloñesa Lomo de cerdo Yogurt	15 Crema de alubias rojas Tortilla de bonito con brocoli Fruta natural triturada con yogurt	16 Paella mixta Merluza al horno con pimientos Yogurt liquido	17 Crema de verduras Croquetas caseras de jamón Fruta natural triturada con yogurt	18 Crema de garbanzos Pollo al ajillo Helado
Kkal: 663 Prot: 35,1 Lip: 38,7 H.C: 78,7	Kkal: 513 Prot: 34,2 Lip: 28,5 H.C: 47,3	Kkal: 593 Prot: 32 Lip: 29 H.C: 58,6	Kkal: 593 Prot: 16,2 Lip: 32,2 H.C: 55	Kkal: 547 Prot: 21,3 Lip: 28 H.C: 53,1
21 Arroz blanco con tomate Filete de merluza plancha con limon Fruta natural triturada con yogurt	22 Crema de alubias blancas San Jacobos caseros Yogurt	23 Macarrones con queso y bacón Lomo de cerdo Yogurt liquido	24 Crema de verduras Tortilla de patatas Fruta natural triturada con yogurt	25 Crema de porru-salda Hamburguesa casera de ternera con tomate Yogurt
Kkal: 676 Prot: 28,7 Lip: 19,1 H.C: 72,2	Kkal: 612 Prot: 28 Lip: 17,2 H.C: 35,9	Kkal: 666 Prot: 35,4 Lip: 39 H.C: 78,7	Kkal: 486 Prot: 12,6 Lip: 24,7 H.C: 48,2	Kkal: 654 Prot: 25,6 Lip: 16,1 H.C: 28,2
28 Espaguetis a la boloñesa Tortilla de jamón con ensalada Yogurt liquido	29 Crema de garbanzos Salchichas de pavo con vainas salteadas Yogurt	30 Arroz blanco con tomate Filete de merluza plancha con limon Fruta natural triturada con yogurt		
Kkal: 575 Prot: 82,2 Lip: 24 H.C: 56,7	Kkal: 393 Prot: 26,2 Lip: 31,3 H.C: 37,9	Kkal: 676 Prot: 28,7 Lip: 19,1 H.C: 72,2		

- Todos nuestros platos incluidos hamburguesas, albóndigas, croquetas y san jacobos se elaboran en el día empleando para ello las mejores materias primas.
- El arroz con leche y flanes son elaborados en nuestras cocinas de manera totalmente artesanal.
- Cada trimestre ofrecemos la posibilidad de elegir frutas de temporada junto con pera, manzana y plátano que se dan a elegir todo el año.
- Nuestra empresa al igual que todos nuestros proveedores, disponen de registro sanitario y plan de calidad para garantizar la calidad y seguridad en nuestras elaboraciones.





# IRAILAKO MENUA

Bi urte



Astelehena	Asteartea	Asteazkena	Osteguna	Ostirala
7 Arroz zuria tomatearekin Indioilarko saltxitxak Jogurta	8 Erregositako dilistak San Jakoboak patata purearekin Jogurta likidoa	9 Makarroiak txorizo eta tomatearekin oilasko bularkiak burdinara Sasoiko fruta purea jogurtekin	10 Babarrun zurien krema Legatza burdinara limoiarekin Jogurta	11 Barazki krema Escalopea Vienarra gorritz piperrekin Sasoiko fruta purea jogurtekin
Kkal: 475 Prot: 20 Lip: 30 H.C: 60	Kkal: 639 Prot: 30 Lip: 19 H.C: 38	Kkal: 526 Prot: 20 Lip: 30 H.C: 76	Kkal: 640 Prot: 43 Lip: 25 H.C: 43	Kkal: 535 Prot: 25 Lip: 30 H.C: 38
14 Espagetiak bolonesara Txerri solomoa Jogurta	15 Babarrun gorriak barazkiekin Hegaluze tortila brocolarekin Sasoiko fruta purea jogurtekin	16 Paela mistoa Labean egindako legatza piperrekin Jogurta likidoa	17 Barazki krema Urdaiazpiko krocketak Sasoiko fruta purea jogurtekin	18 Garbantzu krema Oilasko baratxuritan Izozkia
Kkal: 663 Prot: 35 Lip: 39 H.C: 79	Kkal: 513 Prot: 34 Lip: 28 H.C: 47	Kkal: 593 Prot: 32 Lip: 29 H.C: 59	Kkal: 593 Prot: 16 Lip: 32 H.C: 55	Kkal: 547 Prot: 21 Lip: 28 H.C: 53
21 Arroz zuria tomatearekin Legatza burdinara limoiarekin Sasoiko fruta purea jogurtekin	22 Babarrun zuriak txorizo eta saiheskiarekin San Jakoboak entsaladarekin Jogurta	23 Makarroi gazta eta bakoiarekin Txerri txuletak pikili gorritz piperrekin Jogurta likidoa	24 Erregositako dilistak Patata tortila entsaladarekin Sasoiko fruta purea jogurtekin	25 Porrusalda krema Txahal hanburgesa tomatearekin Jogurta
Kkal: 676 Prot: 29 Lip: 19 H.C: 72	Kkal: 612 Prot: 28 Lip: 17 H.C: 36	Kkal: 666 Prot: 35 Lip: 39 H.C: 79	Kkal: 486 Prot: 13 Lip: 25 H.C: 48	Kkal: 654 Prot: 26 Lip: 16 H.C: 28
28 Espagetiak bolonesara Urdaiazpiko tortila entsaladarekin Jogurta likidoa	29 Garbantzuak txorizo eta saiheskiarekin Indioilarko saltxitxak salteatutako lekakin Jogurta	30 Arroz zuria tomatearekin Legatza berde salsan Sasoiko fruta purea jogurtekin		
Kkal: 575 Prot: 82 Lip: 24 H.C: 57	Kkal: 393 Prot: 26 Lip: 31 H.C: 38	Kkal: 676 Prot: 29 Lip: 19 H.C: 72		

- Gure plater guztiak hanburgesak, albondigak, krocketak eta san jakoboak barne egunean bertan prestatzen dira lehengai onenak erabiliz.
- Arroz-esnea eta flanak artsaus eran egiten dira gure sukaldeetan.
- Hiruhilabeteko sasoiko frutak aukeratzeko posibilitatea eskeintzen dugu, urte guztian zehar ematen diren frutekin batera, madaria, sagarra eta banana.
- Bai gure enpresek, bai gure hornitzaileek, osasun-erregistro eta kalitate plan bat daukate gure elaborazioen kalitatea eta segurtasuna bermatzeko asmoz.





# MENU SEPTIEMBRE

CELIACOS



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
7 Arroz blanco con tomate Huevos fritos con salchichas de pavo Fruta de temporada	8 Lentejas con verduras San Jacobos caseros con puré de patata Fruta de temporada	9 Ensalada de pasta Pechugas de pollo a la plancha Fruta de temporada	10 Alubias blancas con chorizo y costilla Filete de merluza plancha con limon Fruta de temporada	11 Ensalada mixta Escalope Vienesas con pimientos rojos Yogurt
Kkal: 669 Prot: 55,3 Lip: 28,7 H.C: 79,6	Kkal: 597 Prot: 23,5 Lip: 14 H.C: 48,4	Kkal: 517 Prot: 24,1 Lip: 31,5 H.C: 66,7	Kkal: 641 Prot: 38,2 Lip: 21,7 H.C: 53,676	Kkal: 550 Prot: 27,1 Lip: 139 H.C: 19,4
14 Espaguetis al ajillo Lomo de cerdo con pimientos Fruta de temporada	15 Alubias rojas con verduras Tortilla de bonito con brocoli Fruta de temporada	16 Paella mixta Merluza al horno con pimientos Arroz con leche casero	17 Crema de verduras Croquetas caseras de jamón Fruta de temporada	18 Garbanzos con chorizo y costilla Pollo asado Helado
Kkal: 610 Prot: 30 Lip: 34,8 H.C: 88,8	Kkal: 439 Prot: 29,5 Lip: 20,8 H.C: 50,6	Kkal: 603 Prot: 30,4 Lip: 27 H.C: 68,8	Kkal: 593 Prot: 16,2 Lip: 32,2 H.C: 54,992	Kkal: 581 Prot: 42,9 Lip: 30,6 H.C: 62,2
21 Arroz tres delicias Bacalao al horno con piperrada Fruta de temporada	22 Alubias blancas con chorizo y costilla San Jacobos caseros con ensalada Fruta de temporada	23 Macarrones con queso y bacón Chuletas de cerdo con pimientos rojos Yogurt	24 Lentejas con verduras Tortilla de patatas con ensalada Fruta de temporada	25 Melón con jamón Hamburguesa casera de ternera con tomate Yogurt
Kkal: 478 Prot: 16,7 Lip: 27,1 H.C: 68	Kkal: 613 Prot: 23,7 Lip: 14,1 H.C: 46,5	Kkal: 808 Prot: 42,9 Lip: 50,3 H.C: 56,5	Kkal: 561 Prot: 20,3 Lip: 23,8 H.C: 61,439	Kkal: 579 Prot: 30,8 Lip: 14,7 H.C: 26,5
28 Espaguetis a la boloñesa Tortilla de jamón con ensalada Fruta de temporada	29 Garbanzos con chorizo y costilla Salchichas de pavo con vainas salteadas Fruta de temporada	30 Arroz con gambas y chipirones Merluza en salsa verde Flan de la casa		
Kkal: 576 Prot: 78 Lip: 20,9 H.C: 67,4	Kkal: 400 Prot: 21,9 Lip: 28,4 H.C: 49,3	Kkal: 687 Prot: 76 Lip: 43,8 H.C: 64,1		

- Todos nuestros platos incluidos hamburguesas, albóndigas, croquetas y san jacobos se elaboran en el día empleando para ello las mejores materias primas.
- El arroz con leche y flanes son elaborados en nuestras cocinas de manera totalmente artesanal.
- Cada trimestre ofrecemos la posibilidad de elegir frutas de temporada junto con pera, manzana y plátano que se dan a elegir todo el año.
- Nuestra empresa al igual que todos nuestros proveedores, disponen de registro sanitario y plan de calidad para garantizar la calidad y seguridad en nuestras elaboraciones.





# IRAILAKO MENUA

EUSK ZELI



Astelehena	Asteartea	Asteazkena	Osteguna	Ostirala
7 Arroz zuria tomatearekin Arraultz frijitua saltxitxekin Sasoiko fruta	8 Erregositako dilistak San Jakoboak patata purearekin Sasoiko fruta	9 Pasta entsalada Indioilar bularkiak piperrekin Sasoiko fruta	10 Babarrun zuriak txorizo eta saiheskiarekin Legatza erromara limoiarekin Sasoiko fruta	11 Entsalada mistoa Escalopea Vienarra gorritz piperrekin Jogurta
Kkal: 669 Prot: 55 Lip: 29 H.C: 80	Kkal: 597 Prot: 24 Lip: 14 H.C: 48	Kkal: 526 Prot: 25 Lip: 35 H.C: 67	Kkal: 641 Prot: 38 Lip: 22 H.C: 54	Kkal: 550 Prot: 27 Lip: 139 H.C: 19
14 Espagetiak baratxuritan Txerri solomoa piperrekin Sasoiko fruta	15 Babarrun gorriak barazkiekin Hegaluze tortila brocolarekin Sasoiko fruta	16 Paela mistoa Labean egindako legatza piperrekin Arrosesnea	17 Barazki krema Urdaiazpiko krocketak Sasoiko fruta	18 Garbantzuak txorizo eta saiheskiarekin Oilasko baratxuritan Izozkia
Kkal: 610 Prot: 30 Lip: 35 H.C: 89	Kkal: 439 Prot: 30 Lip: 21 H.C: 51	Kkal: 603 Prot: 30 Lip: 27 H.C: 69	Kkal: 593 Prot: 16 Lip: 32 H.C: 55	Kkal: 553 Prot: 21 Lip: 28 H.C: 54
23 Arroza hiru gustuetara Labean egindako bakailaoa piperradarekin Sasoiko fruta	24 Babarrun zuriak txorizo eta saiheskiarekin San Jakoboak entsaladarekin Sasoiko fruta	25 Makarroi gazta eta bakoiarekin Txerri txuletak pikili gorritz piperrekin Jogurta	26 Erregositako dilistak Patata tortila entsaladarekin Sasoiko fruta	27 Meloia urdaiazpikoarekin Txahal hamburgesa tomatearekin Jogurta
Kkal: 478 Prot: 17 Lip: 27 H.C: 68	Kkal: 613 Prot: 24 Lip: 14 H.C: 47	Kkal: 808 Prot: 43 Lip: 50 H.C: 56	Kkal: 561 Prot: 20 Lip: 24 H.C: 61	Kkal: 579 Prot: 31 Lip: 15 H.C: 26
30 Espagetiak bolonesara Urdaiazpikoz tortila entsaladarekin Sasoiko fruta	31 Garbantzuak txorizo eta saiheskiarekin Indioilarko saltxitxak salteatutako lekakin Sasoiko fruta	Arroza ganbak eta txipiroiekin Legatza berde salsan Etxeko flana		
Kkal: 576 Prot: 78 Lip: 21 H.C: 67	Kkal: 400 Prot: 22 Lip: 28 H.C: 49	Kkal: 687 Prot: 76 Lip: 44 H.C: 64		

- Gure plater guztiak hanburgesak, albondigak, krocketak eta san jakoboak barne egunean bertan prestatzen dira lehengai onenak erabiliz.
- Arroz-esnea eta flanak artsau eran egiten dira gure sukaldeetan.
- Hiruhilabeteka sasoioko frutak aukeratzeko posibilitatea eskeintzen dugu, urte guztian zehar ematen diren frutekin batera, madaria, sagarra eta banana.
- Bai gure enpresek, bai gure hornitzaileek, osasun-erregistro eta kalitate plan bat daukate gure elaborazioen kalitatea eta segurtasuna bermatzeko asmoz.

