



apirila - abril 2025



ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
1 Kcal 800 HC 109 Lip 27 Prot 35	2 Kcal 918 HC 70 Lip 56 Prot 35	3 Kcal 695 HC 78 Lip 25 Prot 42	4 Kcal 779 HC 107 Lip 27 Prot 31	
Haragi-paella Izokina saltsa berdean Sasoiko fruta Paella de carne Salmon en salsa verde Fruta de temporada	Porru eta ziazerba-krema Odolkia errioxako erara Sasoiko fruta Crema de puerros y espinacas Morcilla a la riojana Fruta de temporada	Hegazti-zopa fideoekin Oilasko-bularkia entsaladarekin Esnekia Sopa de ave con fideos Pechuga de pollo con ensalada Lacteo	Garbantuak bertako barazkiekin Patata tortila entsaladarekin Sasoiko fruta Garbanzos con verduras locales Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada	
Krema - Haragi - Jogurta Crema - Carne - Yogur	Pasta - Arraina - Jogurta Pasta - Pescado - Yogur	Patata - Arraultz - Fruta Patata - Huevo - Fruta	Zopa - Hegazti - Esnekia Sopa - Ave - Lácteo	
7 Kcal 747 HC 105 Lip 14 Prot 55	8 Kcal 686 HC 89 Lip 22 Prot 36	9 Kcal 794 HC 98 Lip 32 Prot 34	10 Kcal 697 HC 76 Lip 25 Prot 46	11 Kcal 846 HC 120 Lip 29 Prot 29
Dilistak arroza integralarekin Indioilar gisatua kalabazin eta azenarioekin Sasoiko fruta Lentejas con arroz integral Pavo guisado con calabacin y zanahoria Fruta de temporada	Patatak errioxar erara Abadejua arrauztatuta piper gorriekin Sasoiko fruta Patatas a la riojana Abadejo a la romana con pimientos rojos Fruta de temporada	Makarroiak tomatearekin Patata tortilla entsaladarekin Sasoiko fruta Macarrones con tomate Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada	Barazki-krema Txahal-gisatua barazki-saltsan Esnekia Crema de verduras Guisado de ternera en salsa de verduras Lacteo	Indaba gorriak bertako barazkiekin Jamoi-kroketak entsaladarekin Sasoiko fruta Alubias rojas con verduras locales Croquetas de jamón con ensalada Fruta de temporada
Entsalada - Arraina - Jogurta Ensalada - Pescado - Yogur	Krema - Haragi - Jogurta Crema - Carne - Yogur	Krema - Arraina - Esnekia Crema - Pescado - Lácteo	Patata - Arraultz - Fruta Patata - Huevo - Fruta	Barazki - Arraina - Jogurta Verdura - Pescado - Yogur
14	15	16	17	18
JAIA FIESTA	JAIA FIESTA	JAIA FIESTA	JAIA FIESTA	JAIA FIESTA
21	22	23	24	25
JAIA FIESTA	JAIA FIESTA	JAIA FIESTA	JAIA FIESTA	JAIA FIESTA
28 Kcal 875 HC 125 Lip 32 Prot 27	29 Kcal 759 HC 109 Lip 24 Prot 32	30 Kcal 705 HC 76 Lip 27 Prot 44		
Arroza integrala tomatearekin Behi- eta txerri-hanburgesa landako salteatuarekin Sasoiko fruta Arroz integral con tomate Hamburguesa de vacuno y cerdo con salteado campestre Fruta de temporada	Indaba zuriak bertako barazkiekin Patata tortila entsaladarekin Sasoiko fruta Alubias blancas con verduras locales Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada	Bertako barazki-krema Abadejoa saltsa berdean Esnekia Crema de verduras locales Abadejo en salsa verde Lacteo		
Barazki - Arraina - Jogurta Verdura - Pescado - Yogur	Krema - Haragi - Jogurta Crema - Carne - Yogur	Entsalada - Arraultz - Fruta Ensalada - Huevo - Fruta		

Gomendatutako afaria
Cena recomendada

Karbono aztarna baxuko menua
Menú bajo en huella de carbono

Menu basalarekiko plater
desberdina
Plato distinto al menú basal

Bertoko menua %100ean
Menú 100% local

Bertoko produktudun menua
Menú con productos locales

OHARRA Menuekin batera datorren elikadurari buruzko informazioa,
12 urteko umeen razio eta nutrizio-beharrak kontuan izanda kalkulatu
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.