

ASTELEHENA

ASTEARTEA

ASTEAZKENA

OSTEGUNA

OSTIRALA

1

2

*KCAL.668
H.C.112 LIP.6 P.18*

Etxeko zopa fideoekin gluten gabea
Patata tortila letxugarekin
Sasoiko fruta

3

*KCAL.556
H.C.30 LIP.10 P.33*

Denboraldiko barazkiak
Arraina freskoa labean limoiarekin
Bertako jogurta

4

*KCAL.710
H.C.57 LIP.34 P.26*

Bertako barazki purea
Txerri tunka bere zukuan txanpiñoiak tipulaztatuekin
Sasoiko fruta

5

*KCAL.576
H.C.53 LIP.14 P.36*

Etxeko zopa fideoekin gluten gabea
Indioilar gisatua etxeko saltsan
Bertako jogurt naturala

6

*KCAL.838
H.C.98 LIP.28 P.41*

Garbatzuak erregosiak
Arraina freskoa labean Donostiarrar saltsan
Sasoiko fruta

7

*KCAL.747
H.C.112 LIP.28 P.12*

Entsalada mistoa
Pasta gluten gabea bolognesarekin begetalarekin
Bertako sagar zukua

8

*KCAL.947
H.C.129 LIP.35 P.28*

Barbarrun txuri gisatuak barazki lokalekin
Etxeko kroketak gluten gabe letxugarekin
Sasoiko fruta

9

*KCAL.998
H.C.70 LIP.22 P.35*

Etxeko barazki menestra
Txahal xerra piperrekin
Sasoiko fruta

10

*KCAL.947
H.C.90 LIP.57 P.17*

Barazki paella integrala
Urdaiazpiko tortilla entsalada nahasiarekin
Bertako jogurta

11

*KCAL.896
H.C.107 LIP.33 P.47*

Garbatzu gisatuak barazki lokalekin
Arraina freskoa labean okin patatekin
Sasoiko fruta

12

*KCAL.736
H.C.113 LIP.9 P.41*

Bertako barazki purea
Oilasko bularkia piper gorri eta berdeekin
Bertako jogurt naturala

13

*KCAL.857
H.C.107 LIP.20 P.40*

Patatak Errioxar erara
Arraina freskoa labean kokxera saltsan
Sasoiko fruta

14

*KCAL.922
H.C.87 LIP.32 P.17*

Denboraldiko barazkiak
Etxeko kroketak gluten gabe letxugarekin
Sasoiko fruta

15

*KCAL.600
H.C.104 LIP.8 P.8*

Patata erregosiak
Arrautza frijitua piperradarekin
Sasoiko fruta

16

*KCAL.710
H.C.62 LIP.21 P.31*

Barazki purea
Txahal albondigak
Bertako jogurt naturala

17

*KCAL.856
H.C.129 LIP.20 P.34*

Arroza integrala etxeko tomatearekin
Arraina freskoa labean saltsa berdean
Sasoiko fruta

18

*KCAL.1010
H.C.71 LIP.35 P.47*

Denboraldiko barazkiak
Txerri xolomo freskoa etxeko gazta saltsarekin
Sasoiko fruta

19

*KCAL.1124
H.C.101 LIP.48 P.64*

Barbarrun gorri gisatuak barazki lokalekin
Oilasko izter errea entsaladarekin
Sasoiko fruta

20

*KCAL.600
H.C.104 LIP.8 P.8*

Patata erregosiak
Arrautza frijitua piperradarekin
Sasoiko fruta

21

*KCAL.710
H.C.62 LIP.21 P.31*

Barazki purea
Txahal albondigak
Bertako jogurt naturala

22

*KCAL.856
H.C.129 LIP.20 P.34*

Arroza integrala etxeko tomatearekin
Arraina freskoa labean saltsa berdean
Sasoiko fruta

23

*KCAL.1010
H.C.71 LIP.35 P.47*

Denboraldiko barazkiak
Txerri xolomo freskoa etxeko gazta saltsarekin
Sasoiko fruta

24

*KCAL.1124
H.C.101 LIP.48 P.64*

Barbarrun gorri gisatuak barazki lokalekin
Oilasko izter errea entsaladarekin
Sasoiko fruta

25

*KCAL.600
H.C.104 LIP.8 P.8*

Patata erregosiak
Arrautza frijitua piperradarekin
Sasoiko fruta

GURE PLATERETAN AURKITUKO DITUZU



MSC arraina



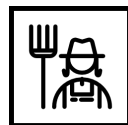
Estatuko haragia



Denboraldiko produktua



Aukera jasangarria



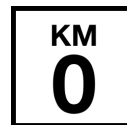
Bertako ekoizleak



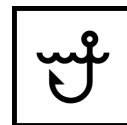
Arrain urdina



Ogi integrala



Km 0



Arrain freskoa



Errigora



Arrautza freskoak



Ekologikoa



Integrala

ALERGENOAK



Glutena



Arrautzak



Arraina



Moluskuak



Krustazeoak



Esnekiak



Apioa



Sesamo aleak



Oskoldun fruituak



Kakahueteak



Soja



Eskuzuriak



Mostaza



Sufre dioxidoa eta sulfitoak

AFARIANTZAKO AHOLKUAK

Pasta /Arroza
Arrautza
Fruta

Barazkiak
Txerria
Esneki postrea

Lekaleak
Arrain txuria
Fruta

Zopa
Haragi txuria
Esneki postrea

Patata
Txekorra
Fruta

Barazkia
Arrain urdina
Esneki postrea

Lekaleak
Arrautza
Fruta

Barazkiak
Haragi txuria
Esneki postrea

Patata
Arrain urdina
Fruta

Barazkia
Txekorra
Esneki postrea

Pasta/Arroza
Arrain txuria
Fruta

Barazkia
Arrautza
Esneki postrea

Zopa
Haragi txuria
Fruta

Barazkia
Arrain txuria
Esneki postrea

*Koadroa gutxi-gora beherakoa da, menua etetik planifika dezazun, eguerdian zer bazkaldu duzun kontuan hartuta.