



# EKAINA

## MENU OROKORRA

ASTELEHENA	ASTEARTEA	ASTEAZKENA	OSTEGUNA	OSTIRALA
		<b>1</b> <b>LEKA FRESKOAK / KIRIBILAK</b> <b>LEGATZA</b> ENTSALADA <b>FRUTA</b>	<b>2</b> <b>PORRUSALDA / BARAZKI PUREA</b> <b>SOLOMO PATATA FRIJITUEKIN</b> ENTSALADA <b>JOGURT/ FRUTA</b>	<b>3</b> <b>BROKOLI / ARROZ ZURIA, TOMATE ETA ARRAUTZA EGOSIA</b> <b>BAKAILAOA PIPERREKIN</b> ENTSALADA <b>FRUTA</b>
<b>6</b> <b>DILISTAK BARAZKIEKIN</b> <b>LEGATZA</b> ENTSALADA <b>FRUTA</b>	<b>7</b> <b>AZA/ FIDEO-ZOPA, ARRAUTZA EGOSIA</b> <b>HANBURGESA PIPERREKIN</b> ENTSALADA <b>FRUTA</b>	<b>8</b> <b>LEKAK / KALABAZIN PUREA</b> <b>OKELA GISATUA</b> ENTSALADA <b>FRUTA</b>	<b>9</b> <b>AZALOREA / PATATAK SALTSA BERDEAN</b> <b>IZOKINA</b> ENTSALADA <b>FRUTA</b>	<b>10</b> <b>MAKARROIAK BOLONiar ERARA</b> <b>OILASKO ERREA URAZAREKIN</b> ENTSALADA <b>IZOKIA/ FRUTA</b>
<b>13</b> <b>INDABA GORRIAK</b> <b>TXORIZO, ODOLOSTE ETA SAHIESKIA</b> ENTSALADA <b>FRUTA</b>	<b>14</b> <b>ESPAGETIAK TOMATEAREKIN</b> <b>LEGATZA</b> ENTSALADA <b>FRUTA</b>	<b>15</b> <b>LEKAK / BARAZKI PUREA</b> <b>PERNIL ERREA</b> ENTSALADA <b>JOGURT/ FRUTA</b>	<b>16</b> <b>TXITXIRIOAK / GAZPATXO</b> <b>INDIOILAR BULARKIAK KALABAZIN DADOEKIN</b> ENTSALADA <b>FRUTA</b>	<b>17</b> <b>PATATAK ERRIOXAR ERARA</b> <b>BAKAILAOA TOMATEAREKIN</b> ENTSALADA <b>FRUTA</b>
<b>20</b> <b>INDABA ZURIAK</b> <b>ARRAUTZAK, SALTXITXAK</b> ENTSALADA <b>FRUTA</b>	<b>21</b> <b>PASTA ENTSALADA</b> <b>LEGATZA</b> ENTSALADA <b>IZOKIA / FRUTA</b>	<b>hartzaindegia 22</b> <b>MARMITAKO SAN JAKOBO</b> ENTSALADA <b>FRUTA</b>	<b>hartzaindegia 23</b> <b>PAELLA</b> <b>LEGATZA SALTSA BERDEAN</b> ENTSALADA <b>FRUTA</b>	<b>hartzaindegia 24</b> <b>BARAZKI PUREA</b> <b>TXERRI AZPIZUNA PATATA FRIJITUEKIN</b> ENTSALADA <b>FRUTA</b>
<b>hartzaindegia 27</b> <b>KIRIBILAK BOLONiar ERARA</b> <b>LEGATZA</b> ENTSALADA <b>FRUTA</b>	<b>hartzaindegia 28</b> <b>BARAZKI PUREA</b> <b>MIHIA SALTSAN</b> ENTSALADA <b>FRUTA</b>	<b>hartzaindegia 29</b> <b>DILISTAK BEHI XERRA</b> <b>PATATA FRIJITUEKIN</b> ENTSALADA <b>JOGURT/ FRUTA</b>	<b>hartzaindegia 30</b> <b>PATATAK ERRIOXAR ERARA</b> <b>BAKAILAOA</b> ENTSALADA <b>FRUTA</b>	

**ALERGENOAK/ ALÉRGENOS** **ESNEKIAK/ LÁTEOS** **ARRAINA/ PESCADO** **SUFRE DIOXIDOA ETA SULFITOAK/ DIÓXIDO DE AZUFRE Y SULFITOS** **MOLUSKOAK/ MOLUSCOS**  
**GLUTEN** **ARRAUTZAK/ HUEVOS** **FRUITU OSKOLDUNAK/ FRUTOS CON CÁSCARA** **KRUSTAZEOAK/ CRUSTÁCEOS**

### OHARRAK

**Elikagai ekologiko eta 0 kilometrokoak**

BERDE KOLOREZ ADIERAZITAKO ELIKAGAIK GURE INGURU HURBI-LEKO BASERRI ETA NEKAZAL-USTIATEGIETAN EKOIZTUTAKOAK DIRA. JANTOKIAN EKOIZTUTAKO POSTREA DELA ERE ADIERAZTEN DU.

**OGIA:** ASTEAN BEHIN OGI DESBERDINEN ESKAINTZA BURUTZEN DUGU: INTEGRALAK, HAZIEKIN, ARTO-IRINADUNA...

### OBSERVACIONES

**Alimentos ecológicos y Km. 0**

LOS ALIMENTOS MARCADOS EN VERDE SE HAN PRODUCIDO EN BASERRIS Y EXPLOTACIONES AGRARIAS DE NUESTRO ENTORNO. INDICA TAMBIÉN LOS POSTRES PREPARADOS EN EL JANTOKI.

**PAN:** UNA VEZ POR SEMANA OFRECEMOS DIFERENTES TIPOS DE PAN: INTEGRALES, CON SEMILLAS, CON HARINA DE MAÍZ...