

ASTELEHENA

ASTEARTEA

ASTEAZKENA

OSTEGUNA

OSTIRALA

1

2 *KCAL409
H.C.41 LIP.14 P.25*

Dilista barazkitxoekin
Txerri xolomo freskoa perretxikoekin
Sasoiko fruta

3 *KCAL.277
H.C.26 LIP.1 P.15*

Azalorea olio erreaz
Oilasko bularkia enpanatua letxugarekin
Sasoiko fruta

4 *KCAL.330
H.C.36 LIP.8 P.19*

Paella mistoa
Legatza labean piperradarekin
Jogurta

5 *KCAL.326
H.C.32 LIP.15 P.8*

Etxeko zopa fideoekin
Hegazti saltxitxak etxeko saltsan
Sasoiko fruta

8 *KCAL.323
H.C.45 LIP.8 P.6*

Ilar krema
Urdaiazpiko krocketak letxuga ozpinduarekin
Sasoiko fruta

9 *KCAL.270
H.C.42 LIP.1 P.10*

Eltzeko dilistak
Arrautza frijitua pistoarekin
Sasoiko fruta

10 *KCAL.459
H.C.20 LIP.20 P.24*

Lekak patat eta azenarioarekin
Oilasko izter errea piperradarekin
Jogurta

11 *KCAL.356
H.C.47 LIP.11 P.16*

Kiribilkiak etxeko tomate eta gaztarekin
Bertako txahal albondigak ehiza saltsan
Sasoiko fruta

12 *KCAL.319
H.C.50 LIP.5 P.15*

Arroza pistoarekin
Legatza labean saltsa berdean
Sasoiko fruta

15 *KCAL.261
H.C.32 LIP.4 P.13*

Etxeko zopa fideoekin
Oilasko bularkia enpanatua piper konfitatuekin
Sasoiko fruta

16 *KCAL.285
H.C.32 LIP.4 P.14*

Babarrun gorriak barazkiekin
Bakailaoa labean Donostiarra saltsan
Sasoiko fruta

17 *KCAL.327
H.C.37 LIP.6 P.15*

Barazki askotariko purea
Indioilar gisatua
Sasoiko fruta

18 *KCAL.370
H.C.48 LIP.11 P.15*

3 deliziadun arroza
Arraina freskoa labean baratxuri eta perrexil errearekin
Sasoiko fruta

19 *KCAL.379
H.C.38 LIP.9 P.16*

Brokolia urdaiazpiko eta olio erreaz
Patata tortila labean entsaladarekin
Jogurta

22

Arroza etxeko tomatearekin
Dilista erregosiak
Sasoiko fruta

23 *KCAL.366
H.C.33 LIP.8 P.10*

4 barazkietako krema
Bertako txahal hanburgesa jardinerara erara
Sasoiko fruta

24 *KCAL.399
H.C.48 LIP.9 P.25*

Pasta baratxuri kutsuarekin
Palometa labean etxeko tomate saltsarekin
Jogurta

25 *KCAL.444
H.C.46 LIP.15 P.20*

Garbantzuak barazkiekin
Txerri ontzutua arrautzatzatua piperrekin
Sasoiko fruta

26 *KCAL.311
H.C.38 LIP.3 P.3*

Porrupatata
Oilasko erregosia
Sasoiko fruta

29 *KCAL.260
H.C.48 LIP.3 P.8*

Romaneskoa ajoarriero erara
Urdaiazpiko eta gazta liburuxkak letxugarekin
Sasoiko fruta

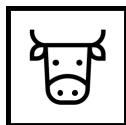
30 *KCAL.246
H.C.32 LIP.5 P.16*

Pasta entsalada
Legatza labean koxkera saltsan
Sasoiko fruta

GURE PLATERETAN AURKITUKO DITUZU



MSC arraina



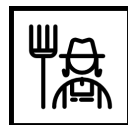
Estatuko haragia



Denbordiko produktua



Aukera jasangarria



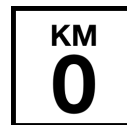
Bertako ekoizleak



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.