

## MENU

Semaine du 18 au 22 novembre 2019

### Lundi 18/11/19

Œufs durs mayonnaise  
Sauce bolognaise (bio)  
Tortis (bio)  
Yaourt nature sucré  
Fruit de saison

### Mardi 19/11/19

Salade printanière (salade verte, tomate, maïs)  
Sauté de porc (local) sauce charcutière  
Semoule (bio)  
Cotentin  
Compote de pomme

### Jeudi 21/11/19

Rosette  
Pilon de poulet grillé  
Poêlée de brocolis et champignons  
Emmental (bio)  
Tarte au flan

### Vendredi 22/11/19

#### **MENU VEGETARIEN**

Carottes (bio) râpée  
Chili végétarien (haricots rouges, oignons, thym, tomate, courgette, poivrons)  
Riz pilaf (bio)  
Fromage brebis (local)  
Mousse chocolat au lait

**Les féculents : semoule, riz, pomme de terre, blé...**

**Les produits laitiers : yaourts, fromage, crème anglaise...**

**Les protéines animales, lipides : Viandes, poissons, œufs...**

**Les fruits et les légumes : betteraves, salade de fruits, compotes...**

**Les desserts sucrés : gâteaux, glaces...**

## MENUA

### 2019ko azaroaren 18tik 22ra

#### Azaroaren 18an (astelehena)

Arroltze egosiak maionesarekin  
Boloniarr saltza (bio)  
Torti pastak (bio)  
Jogurt natural azukreduna  
Sasoiko fruitua

#### Azaroaren 19an (asteartea)

Udaberriko entsalada (uraza, tomatea, artoa)  
Zerrikia zartaginean errea (tokikoa) urdanki saltsan  
Semola (bio)  
Cotentin gasna  
Sagar konpota

#### Azaroaren 21ean (osteguna)

Rosette zozizona  
Izterki errea  
Brokoli eta barrengorriak zartaginean  
Emmental gasna (bio)  
Flan tarta

#### Azaroaren 22an (ostirala)

#### **MENU BEGETARIANOA**

Pastenagre (bio) arraspatuak  
Mexikar entsalada begetarianoa (ilar gorriak, tipulak, timua, tomatea, kuitxoak, biperrak)  
Pilaf irrisa (bio)  
Ardi gasna (tokikoa)  
Esne txokolatezko moussea

**Fekula-elikagaiak: semola, irrisa, patata, garia...**

**Esne-produktuak: jogurtak, gasna, krema ingelesa...**

**Abere-proteinak, lipidoak: haragiak, arrainak, arraultzeak...**

**Fruitu eta barazkiak: erremolatxak, fruitu entsalada, konpotak...**

**Deserta azukratuak: bixkotxak, izozkiak...**

HENDAIKO UDALA – Geltoki, Hondartza, Lizardi, Intzura eta Hiri barneko eskoletan zerbitzatu apairuak.