



Gobierno Vasco
Mayo 2025
Menú No cerdo

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

5 Kcal 724 Glú 83 Líp 29 Pro 36

1° Vainas con patatas

2° Bacalao rebozado con pimientos

Postre Fruta Pan

12 Kcal 845 Glú 121 Líp 24 Pro 35

1° Macarrones con tomate

2° Merluza a la romana con ensalada tres estaciones

Postre Fruta Pan

19 Kcal 869 Glú 103 Líp 31 Pro 49

1° Lentejas con puerros

2° Hamburguesas de ternera con pimientos*

Postre Fruta Pan

26 Kcal 861 Glú 121 Líp 23 Pro 42

1° Macarrones con tomate y verduras

2° Bacalao rebozado con ensalada tres estaciones

Postre Fruta Pan

6 Kcal 885 Glú 150 Líp 16 Pro 32

1° Arroz con tomate

2° Lentejas con verduras

Postre Fruta Pan integral

13 Kcal 862 Glú 112 Líp 32 Pro 36

1° Alubias rojas con berza

2° Tortilla de patata con ensalada tres estaciones

Postre Fruta Pan integral

20 Kcal 799 Glú 95 Líp 39 Pro 20

1° Menestra de verduras

2° Empanadillas de atún con ensalada tres estaciones

Postre Yogur Pan integral

27 Kcal 798 Glú 82 Líp 33 Pro 47

1° Ensalada mixta

2° Guisado de ternera a la jardinera

Postre Fruta Pan integral

7 Kcal 825 Glú 84 Líp 30 Pro 47

1° Patatas guisadas*

2° Muslo de pollo asado con ensalada tres estaciones

Postre Fruta Pan

14 Kcal 741 Glú 81 Líp 22 Pro 57

1° Crema de porrusalda

2° Pechuga de pollo con pimientos*

Postre Yogur Pan

21 Kcal 773 Glú 120 Líp 17 Pro 35

1° Espaguetis con tomate

2° Merluza al horno en salsa verde

Postre Fruta Pan

28 Kcal 763 Glú 89 Líp 20 Pro 60

1° Patatas camperas

2° Pechuga de pollo con champiñones*

Postre Yogur Pan

1

FIESTA

8 Kcal 940 Glú 123 Líp 29 Pro 47

1° Tallarines con tomate y verduras

2° Hamburguesas de ternera con vegetales salteados

Postre Yogur Pan

15 Kcal 910 Glú 133 Líp 25 Pro 44

1° Arroz con verduras*

2° Guisado de ternera con champiñones

Postre Fruta Pan

22 Kcal 776 Glú 93 Líp 34 Pro 28

1° Crema de zanahoria

2° Tortilla de patata con tomate

Postre Fruta Pan

29 Kcal 748 Glú 89 Líp 27 Pro 40

1° Crema de calabacín

2° Palometa con tomate

Postre Fruta Pan

2

Kcal 820 Glú 89 Líp 23 Pro 58

1° Garbanzos con verduras

2° Pechuga de pollo empanada con ensalada tres estaciones

Postre Yogur Pan

9 Kcal 757 Glú 92 Líp 33 Pro 23

1° Crema de brócoli

2° Tortilla de patata con ensalada tres estaciones

Postre Fruta Pan

16 Kcal 914 Glú 88 Líp 40 Pro 46

1° Garbanzos con verduras

2° Salmón fresco al horno con mahonesa

Postre Fruta Pan

23 Kcal 879 Glú 107 Líp 30 Pro 50

1° Alubias blancas con calabaza

2° Escalope de ternera con ensalada tres estaciones

Postre Fruta Pan

30 Kcal 859 Glú 103 Líp 32 Pro 36

1° Garbanzos con verduras

2° Tortilla de patata con ensalada tres estaciones*

Postre Fruta Pan



902 103 478

Atención al cliente



www.tamar.es





Eusko Jaurlaritza

2025ko Maiatza

Txerririk gabeko menua

Tamar

RESTAURACIÓN & CATERING

Astelehena

Asteartea

Asteazkena

Osteguna

Ostirala

			1	
			JAIA	
				2 Kcal 820 Glú 89 Líp 23 Pro 58
				1° Garbantzua barazkiekin
				2° Oilasko bularki birrineztatua hiru urtaro entsaladarekin
				Postrea Jogurta Ogia
5 Kcal 724 Glú 83 Líp 29 Pro 36	6 Kcal 885 Glú 150 Líp 16 Pro 32	7 Kcal 825 Glú 84 Líp 30 Pro 47	8 Kcal 940 Glú 123 Líp 29 Pro 47	9 Kcal 757 Glú 92 Líp 33 Pro 23
1° Lekak barazkiekin	1° Arroza tomatearekin	1° Patatak gisatuak*	1° Tailarinak tomate eta barazkiekin	1° Brokoli krema
2° Makailu frijitua piperrekin	2° Dilistak barazkiekin	2° Oilasko izter errea hiru urtaro entsaladarekin	2° Txahal hanburgesak begetal saltuatuekin	2° Patata tortila hiru urtaro entsaladarekin
Postrea Fruta Ogia	Postrea Fruta Ogi integrala	Postrea Fruta Ogia	Postrea Jogurta Ogia	Postrea Fruta Ogia
12 Kcal 845 Glú 121 Líp 24 Pro 35	13 Kcal 862 Glú 112 Líp 32 Pro 36	14 Kcal 741 Glú 81 Líp 22 Pro 57	15 Kcal 910 Glú 133 Líp 25 Pro 44	16 Kcal 914 Glú 88 Líp 40 Pro 46
1° Makarroiak tomatearekin	1° Indaba zuriak azarekin	1° Porrusaltsa krema	1° Arroza barazkiekin*	1° Garbantzua barazkiekin
2° Legatz frijitua hiru urtaro entsaladarekin	2° Patata tortila hiru urtaro entsaladarekin	2° Oilasko bularkia piperrekin*	2° Txahal gisatua barregarriekin	2° Izokin fresko errea mahonesarekin
Postrea Fruta Ogia	Postrea Fruta Ogi integrala	Postrea Jogurta Ogia	Postrea Fruta Ogia	Postrea Fruta Ogia
19 Kcal 869 Glú 103 Líp 31 Pro 49	20 Kcal 799 Glú 95 Líp 39 Pro 20	21 Kcal 773 Glú 120 Líp 17 Pro 35	22 Kcal 776 Glú 93 Líp 34 Pro 28	23 Kcal 879 Glú 107 Líp 30 Pro 50
1° Dilistak porruekin	1° Barazki menestra	1° Espagetiak tomatearekin	1° Azenario krema	1° Indaba zuriak kuiarekin
2° Txahal hanburgesak piperrekin*	2° Hegaluze enpanadilak hiru urtaro entsaladarekin	2° Legatz errea saltsa berdean	2° Patata tortila tomatearekin	2° Txahal eskaloa hiru urtaro entsaladarekin
Postrea Fruta Ogia	Postrea Jogurta Ogi integrala	Postrea Fruta Ogia	Postrea Fruta Ogia	Postrea Fruta Ogia
26 Kcal 861 Glú 121 Líp 23 Pro 42	27 Kcal 798 Glú 82 Líp 33 Pro 47	28 Kcal 763 Glú 89 Líp 20 Pro 60	29 Kcal 748 Glú 89 Líp 27 Pro 40	30 Kcal 859 Glú 103 Líp 32 Pro 36
1° Makarroiak tomate eta barazkiekin	1° Entsalada mixtoa	1° Ortuko patatak	1° Kuitxo krema	1° Garbantzua barazkiekin
2° Makailu frijitua hiru urtaro entsaladarekin	2° Txahal gisatua barazkiekin	2° Oilasko bularkia barregarriekin*	2° Papardoa tomatearekin	2° Patata tortila hiru urtaro entsaladarekin *
Postrea Fruta Ogia	Postrea Fruta Ogi integrala	Postrea Jogurta Ogia	Postrea Fruta Ogia	Postrea Fruta Ogia



902 103 478

Atención al cliente



www.tamar.es

