



Gobierno Vasco
Mayo 2025
Menú No huevo

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes



5 Kcal 724 Glú 83 Líp 29 Pro 36
1° Vainas con patatas*
2° Bacalao al horno con pimientos*
Postre Fruta Pan

12 Kcal 845 Glú 121 Líp 24 Pro 35
1° Macarrones con tomate *
2° Merluza al horno 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 al horno 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° Ternera asada con ensalada tres estaciones*
Postre Fruta Pan integral

20 Kcal 799 Glú 95 Líp 39 Pro 20
1° Menestra de verduras*
2° Pechuga de pollo 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 a la riojana*
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° Chuleta de cerdo 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° Lomo adobado de cerdo con champiñones*
Postre Yogur Pan

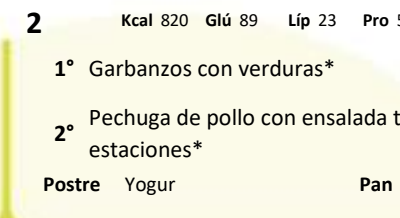


8 Kcal 940 Glú 123 Líp 29 Pro 47
1° Espaguetis con tomate y verduras*
2° Hamburguesas de ternera con vegetales salteados*
Postre Yogur Pan

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° Lomo de cerdo 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



9 Kcal 757 Glú 92 Líp 33 Pro 23
1° Crema de brócoli*
2° Lomo de cerdo 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 verduras*
Postre Fruta Pan

23 Kcal 879 Glú 107 Líp 30 Pro 50
1° Alubias blancas con calabaza
2° Ternera asada con ensalada tres estaciones*
Postre Fruta Pan

30 Kcal 859 Glú 103 Líp 32 Pro 36
1° Garbanzos con verduras*
2° Pechuga de pollo con ensalada tres estaciones*
Postre Fruta Pan



902 103 478

Atención al cliente



www.tamar.es





Eusko Jaurlaritza

2025ko Maiatza

Arrautzik gabeko menua

Tamar

RESTAURACIÓN & CATERING

Astelehena

Asteartea

Asteazkena

Osteguna

Ostirala

				1	
				JAIA	
					2
					Kcal 820 Glú 89 Líp 23 Pro 58
					1° Garbantzuk barazkiekin*
					2° Oilasko bularkia 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
1° Lekak barazkiekin*		1° Arroza tomatearekin*		1° Patatak errioxar erara*	
2° Makailu errea piperrekin*		2° Dilistak barazkiekin*		2° Oilasko izter errea hiru urtaro entsaladarekin*	
Postrea Fruta Ogia		Postrea Fruta Ogi integrala		Postrea Fruta Ogia	
8	Kcal 940 Glú 123 Líp 29 Pro 47	9	Kcal 757 Glú 92 Líp 33 Pro 23	10	Kcal 825 Glú 84 Líp 30 Pro 47
1° Espagetiak tomate eta barazkiekin*		1° Brokoli krema*		1° Patatak errioxar erara*	
2° Txahal hanburesak begetal saltuatuekin*		2° Txerri solomoa hiru urtaro entsaladarekin *		2° Oilasko izter errea hiru urtaro entsaladarekin*	
Postrea Jogurta Ogia		Postrea Fruta Ogia		Postrea Fruta Ogia	
11	Kcal 845 Glú 121 Líp 24 Pro 35	12	Kcal 862 Glú 112 Líp 32 Pro 36	13	Kcal 741 Glú 81 Líp 22 Pro 57
1° Makarroiak tomatearekin*		1° Indaba zuriak azarekin*		1° Porrusaltsa krema*	
2° Legatz errea hiru urtaro entsaladarekin *		2° Txahal errea hiru urtaro entsaladarekin *		2° Txerri txuleta piperrekin *	
Postrea Fruta Ogia		Postrea Fruta Ogi integrala		Postrea Jogurta Ogia	
14	Kcal 910 Glú 133 Líp 25 Pro 44	15	Kcal 914 Glú 88 Líp 40 Pro 46	16	Kcal 773 Glú 120 Líp 17 Pro 35
1° Arroza barazkiekin*		1° Garbantzuk barazkiekin*		1° Espagetiak tomatearekin*	
2° Txahal gisatua barregorriein *		2° Izokin fresko errea barazkiekin*		2° Legatz errea saltsa berdean *	
Postrea Fruta Ogia		Postrea Fruta Ogia		Postrea Fruta Ogia	
17	Kcal 776 Glú 93 Líp 34 Pro 28	18	Kcal 879 Glú 107 Líp 30 Pro 50	19	Kcal 748 Glú 89 Líp 27 Pro 40
1° Azenario krema*		1° Indaba zuriak kuiarekin*		1° Kuitxo krema*	
2° Txerri solomoa tomatearekin*		2° Txahal errea hiru urtaro entsaladarekin*		2° Papardoa tomatearekin*	
Postrea Fruta Ogia		Postrea Fruta Ogia		Postrea Fruta Ogia	
20	Kcal 859 Glú 103 Líp 32 Pro 36	21	Kcal 859 Glú 103 Líp 32 Pro 36	22	Kcal 859 Glú 103 Líp 32 Pro 36
1° Garbantzuk barazkiekin*		1° Garbantzuk barazkiekin*		1° Garbantzuk barazkiekin*	
2° Oilasko bularkia hiru urtaro entsaladarekin *		2° Oilasko bularkia hiru urtaro entsaladarekin *		2° Oilasko bularkia hiru urtaro entsaladarekin *	
Postrea Fruta Ogia		Postrea Fruta Ogia		Postrea Fruta Ogia	
23	Kcal 798 Glú 82 Líp 33 Pro 47	24	Kcal 798 Glú 82 Líp 33 Pro 47	25	Kcal 798 Glú 82 Líp 33 Pro 47
1° Entsalada mixtoa*		1° Entsalada mixtoa*		1° Entsalada mixtoa*	
2° Txahal gisatua barazkiekin *		2° Txahal gisatua barazkiekin *		2° Txahal gisatua barazkiekin *	
Postrea Fruta Ogi integrala		Postrea Fruta Ogi integrala		Postrea Fruta Ogi integrala	
26	Kcal 763 Glú 89 Líp 20 Pro 60	27	Kcal 763 Glú 89 Líp 20 Pro 60	28	Kcal 763 Glú 89 Líp 20 Pro 60
1° Ortuko patatak*		1° Ortuko patatak*		1° Ortuko patatak*	
2° Txerri solomo freskoa barregorriein *		2° Txerri solomo freskoa barregorriein *		2° Txerri solomo freskoa barregorriein *	
Postrea Jogurta Ogia		Postrea Jogurta Ogia		Postrea Jogurta Ogia	
29	Kcal 748 Glú 89 Líp 27 Pro 40	30	Kcal 748 Glú 89 Líp 27 Pro 40	31	Kcal 748 Glú 89 Líp 27 Pro 40
1° Kuitxo krema*		1° Kuitxo krema*		1° Kuitxo krema*	
2° Papardoa tomatearekin*		2° Papardoa tomatearekin*		2° Papardoa tomatearekin*	
Postrea Fruta Ogia		Postrea Fruta Ogia		Postrea Fruta Ogia	