



Gobierno Vasco
Septiembre 2025
Menú No legumbre

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

8 Kcal 817 Glú 77 Líp 39 Pro 43

1° Ensalada mixta*

2° Guisado de ternera a la jardinera*

Postre Fruta Pan

15 Kcal 793 Glú 100 Líp 38 Pro 19

1° Crema de calabacín *

2° Pechuga de pollo a la plancha con
ensalada de maíz*

Postre Fruta Pan

22 Kcal 765 Glú 81 Líp 34 Pro 38

1° Puré de verduras*

2° Hamburguesas de ternera con
ensalada tres estaciones*

Postre Fruta Pan

29 Kcal 744 Glú 95 Líp 21 Pro 41

1° Espaguetis con tomate y verduras*

2° Merluza al horno en salsa verde*

Postre Yogur Pan

9 Kcal 868 Glú 166 Líp 14 Pro 32

1° Arroz con verduras*

2° Lomo de cerdo con lechuga*

Postre Fruta Pan integral

16 Kcal 766 Glú 85 Líp 15 Pro 67

1° Patatas guisadas*

2° Lomo fresco de cerdo con
pimientos*

Postre Fruta Pan integral

23 Kcal 527 Glú 73 Líp 17 Pro 25

1° Sopa de fideos y huevo *

2° Merluza al horno en salsa de
espárragos*

Postre Fruta Pan integral

30 Kcal 892 Glú 88 Líp 28 Pro 57

1° Arroz con tomate*

2° Muslo de pollo asado con ensalada
tres estaciones*

Postre Fruta Pan integral

10 Kcal 786 Glú 86 Líp 31 Pro 43

1° Porrusalda*

2° Aún con tomate*

Postre Yogur Pan

17 Kcal 883 Glú 122 Líp 33 Pro 31

1° Macarrones a la boloñesa*

2° Tortilla de patata con ensalada tres
estaciones*

Postre Fruta Pan

24 Kcal 839 Glú 138 Líp 16 Pro 45

1° Paella*

2° Guisado de pavo con
champiñones*

Postre Yogur Pan

11 Kcal 749 Glú 104 Líp 17 Pro 42

1° Crema de calabacín*

2° Pechuga de pollo empanada con
ensalada tres estaciones*

Postre Fruta Pan

18 Kcal 808 Glú 65 Líp 45 Pro 39

1° Ensalada campera *

2° Escalope de ternera con
champiñones*

Postre Yogur Pan

25 Kcal 873 Glú 110 Líp 34 Pro 40

1° Ensalada mixta*

2° Tortilla de patata y jamón york con
lechuga*

Postre Fruta Pan

12 Kcal 788 Glú 91 Líp 17 Pro 42

1° Patatas guisadas*

2° Tortilla de patata y calabacín con
ensalada*

Postre Fruta Pan

19 Kcal 849 Glú 97 Líp 27 Pro 48

1° Crema de calabaza*

2° Salmón fresco con verduras*

Postre Fruta Pan

26 Kcal 680 Glú 97 Líp 19 Pro 34

1° Patatas en salsa verde*

2° Bacalao rebozado con pimientos*

Postre Fruta Pan



902 103 478

Atención al cliente



www.tamar.es





Eusko Jaurlaritza

2025 ko Iraila

Lekalerik gabeko menua

Tamar

RESTAURACIÓN & CATERING

Astelehena

Asteartea

Asteazkena

Osteguna

Ostirala

8 Kcal 817 Glú 77 Líp 39 Pro 43

1° Entsalada mixtoa*

2° Txahal gisatua barazkiekin *

Postrea Fruta Ogia

15 Kcal 793 Glú 100 Líp 38 Pro 19

1° Kuitxo krema*

2° Oilasko bularki plantxan arto entsaladarekin

Postrea Fruta Ogia

22 Kcal 765 Glú 81 Líp 34 Pro 38

1° Barazki purea*

2° Txahal hanburgesak hiru urtaro entsaladarekin*

Postrea Fruta Ogia

29 Kcal 744 Glú 95 Líp 21 Pro 41

1° Espagetiak tomate eta barazkiekin*

2° Legatz errea saltsa berdean*

Postrea Jogurta Ogia

9 Kcal 868 Glú 166 Líp 14 Pro 32

1° Arroza barazkiekin*

2° Txerri solomoa uhazarekin*

Postrea Fruta Ogi integrala

16 Kcal 766 Glú 85 Líp 15 Pro 67

1° Patata gisatuak*

2° Txerri solomo freskoa piperrekin*

Postrea Fruta Ogi integrala

23 Kcal 527 Glú 73 Líp 17 Pro 25

1° Fideo eta arrautz zopa*

2° Legatz errea zainzuri saltsan*

Postrea Fruta Ogi integrala

30 Kcal 892 Glú 88 Líp 28 Pro 57

1° Arroza tomatearekin*

2° Oilasko izter errea hiru urtaro entsaladarekin*

Postrea Fruta Ogi integrala

10 Kcal 786 Glú 86 Líp 31 Pro 43

1° Porrusaltsa*

2° Hegaluzea tomatearekin *

Postrea Jogurta Ogia

17 Kcal 883 Glú 122 Líp 33 Pro 31

1° Makarroiak Boloinesar erara*

2° Patata tortila hiru urtaro entsaladarekin*

Postrea Fruta Ogia

24 Kcal 839 Glú 138 Líp 16 Pro 45

1° Paela*

2° Indioilar gisatua barrengorriekin*

Postrea Jogurta Ogia

11 Kcal 749 Glú 104 Líp 17 Pro 42

1° Kuitxo krema*

2° Oilasko bularki birrineztatua hiru urtaro entsaladarekin*

Postrea Fruta Ogia

18 Kcal 808 Glú 65 Líp 45 Pro 39

1° Entsalada Kanpera*

2° Txahal eskalopea barrengorriekin*

Postrea Jogurta Ogia

25 Kcal 873 Glú 110 Líp 34 Pro 40

1° Entsalada mixtoa*

2° Patata eta york urdaiazpikoa tortila uhazarekin*

Postrea Fruta Ogia

12 Kcal 788 Glú 91 Líp 17 Pro 42

1° Patata gisatuak*

2° Patata eta kuitxo tortila ensaladarekin*

Postrea Fruta Ogia

19 Kcal 849 Glú 97 Líp 27 Pro 48

1° Kuia krema*

2° Izokin fresko errea barazkiekin*

Postrea Fruta Ogia

26 Kcal 680 Glú 97 Líp 19 Pro 34

1° Patatak saltsa berdean*

2° Makailu frijitua piperrekin*

Postrea Fruta Ogia



902 103 478

Atención al cliente



www.tamar.es

